Ministry of Health & Family Welfare
Govt. of India.

Dept. of Health & Family Welfare
Govt. of Tamil Nadu.

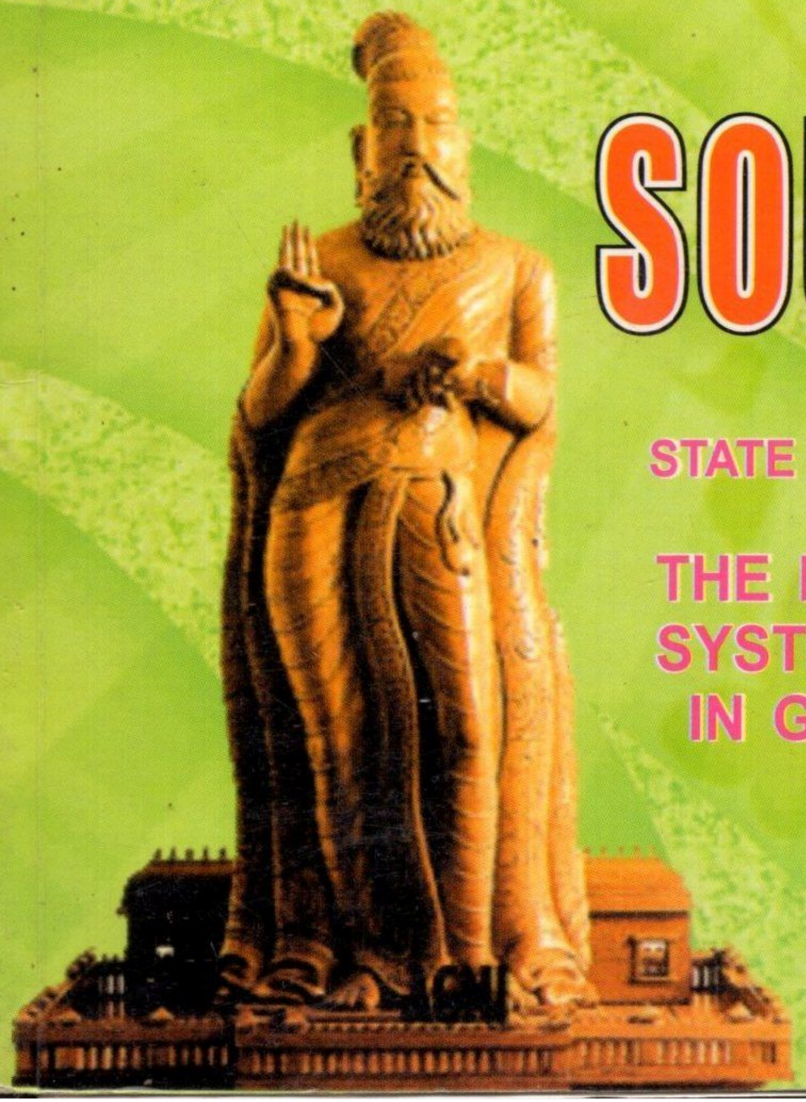
Directorate of Indian Medicine & Homoeopathy
Govt. of Tamil Nadu.

Dept. of AYUSH
Ministry of Health & Family Welfare
Govt. of India.

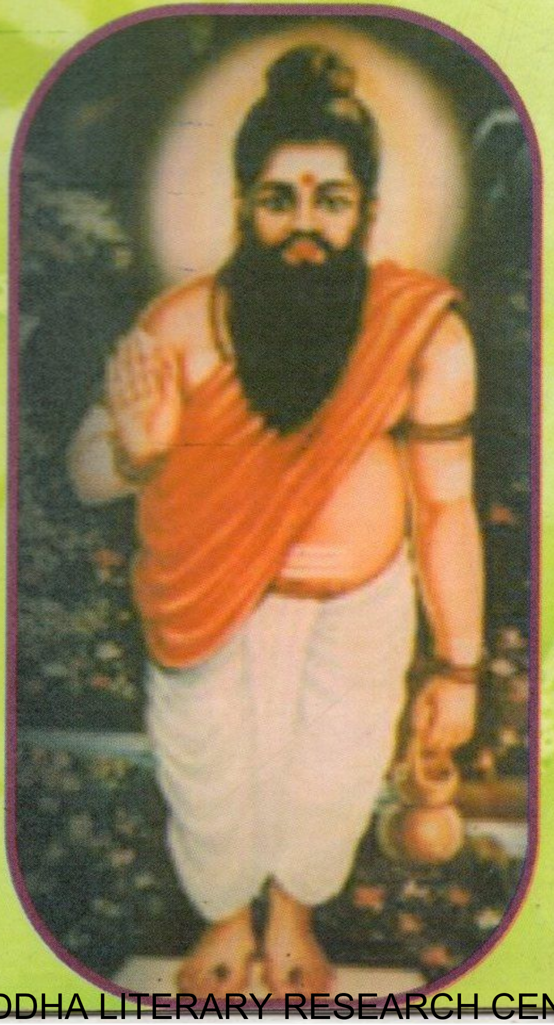
பொதிகைத் தென்றல்

SIDDHA FOR HEALTHY AND LONG LIFE

முதுமைப் பேணுதலில் சித்த மருத்துவம்



SOUVENIR



STATE LEVEL CONFERENCE
ON
THE ROLE OF SIDDHA
SYSTEM OF MEDICINE
IN GERIATRIC CARE

11, 12- 09-2008
MUSIC ACADEMY,
CHENNAI

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SKM SIDDHA & AYURVEDA

NATURE'S WEALTH. OUR VALUES

- ★ **Our Organization** - Sixty Five thousand square feet of eco friendly factory located in 10 acres of land.
- ★ **Our Location** - Erode. surrounded by Kolli Hills, eastern ghats, western ghats and river cauvery.
- ★ **Our Achievement** - First GMP certified Indian medicine factory in Tamilnadu. An ISO 9001:2000 certified company.
- ★ **Our Equipments** - Traditional and state of the art Equipments.
- ★ **Our System** - Continually improving system and processes.
- ★ **Our Products** - Over 400 safe, effective, highly therapeutic & enticing products.
- ★ **Our Work Force** - Highly qualified, trained, motivated and experienced.
- ★ **Our Work Style** - Team Work through total involvement of employees.
- ★ **Our Commitment** - Quality products for total customer satisfaction and delight.
- ★ **Our Benchmark** - SKM Egg Products Exports (India) Limited, a 100% exports oriented unit, for world class current good manufacturing practices, quality raw materials, standard operating process, strict intermediate process controls and hygienic packing facilities.

Product range from **Chooranam, Parpam, Legium, Thylam, Rasayanam, Ghritham, Mezhugu, Tablets, Capsules, Paste, Arishtam, Asavam, Gulikas, Kshayam**

for more details about our products visit www.skmsiddha.org

SKM SIDDHA & AYURVEDA

NATURE'S WEALTH. OUR VALUES

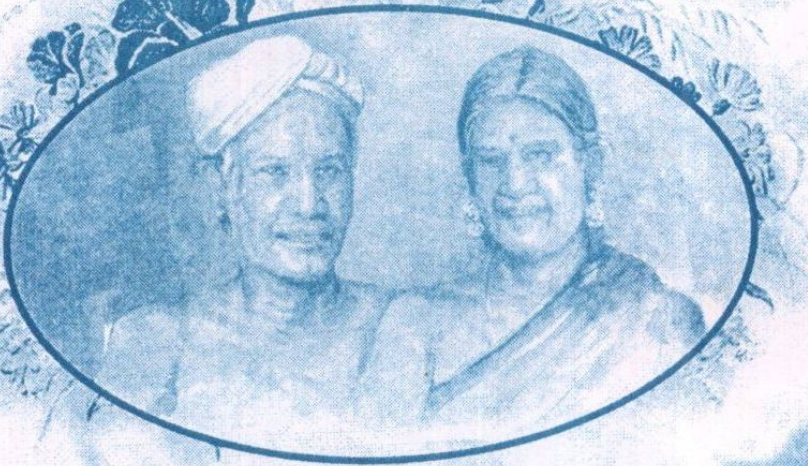
Saminathapuram (po) , Modakkurichi - 638 104.
Erode. Tamil Nadu. India. Tel : +91 - 424 - 2500590
Telefax : +91 - 424 - 2501238, www.skmsiddha.org

AN ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

பொதிகைத் தென்றல்

SIDDHA FOR HEALTHY AND LONG LIFE



முதுமைப் பேணுதலில் சித்த மருத்துவம்

SOUVENIR

STATE LEVEL CONFERENCE ON
THE ROLE OF SIDDHA SYSTEM OF MEDICINE
IN GERIATRIC CARE

11, 12- 09-2008 MUSIC ACADEMY, CHENNAI

Organised by

RTMENT OF INDIAN MEDICINE & HOMOEOPATHY,
GOVT. OF TAMIL NADU, CHENNAI - 600 106.

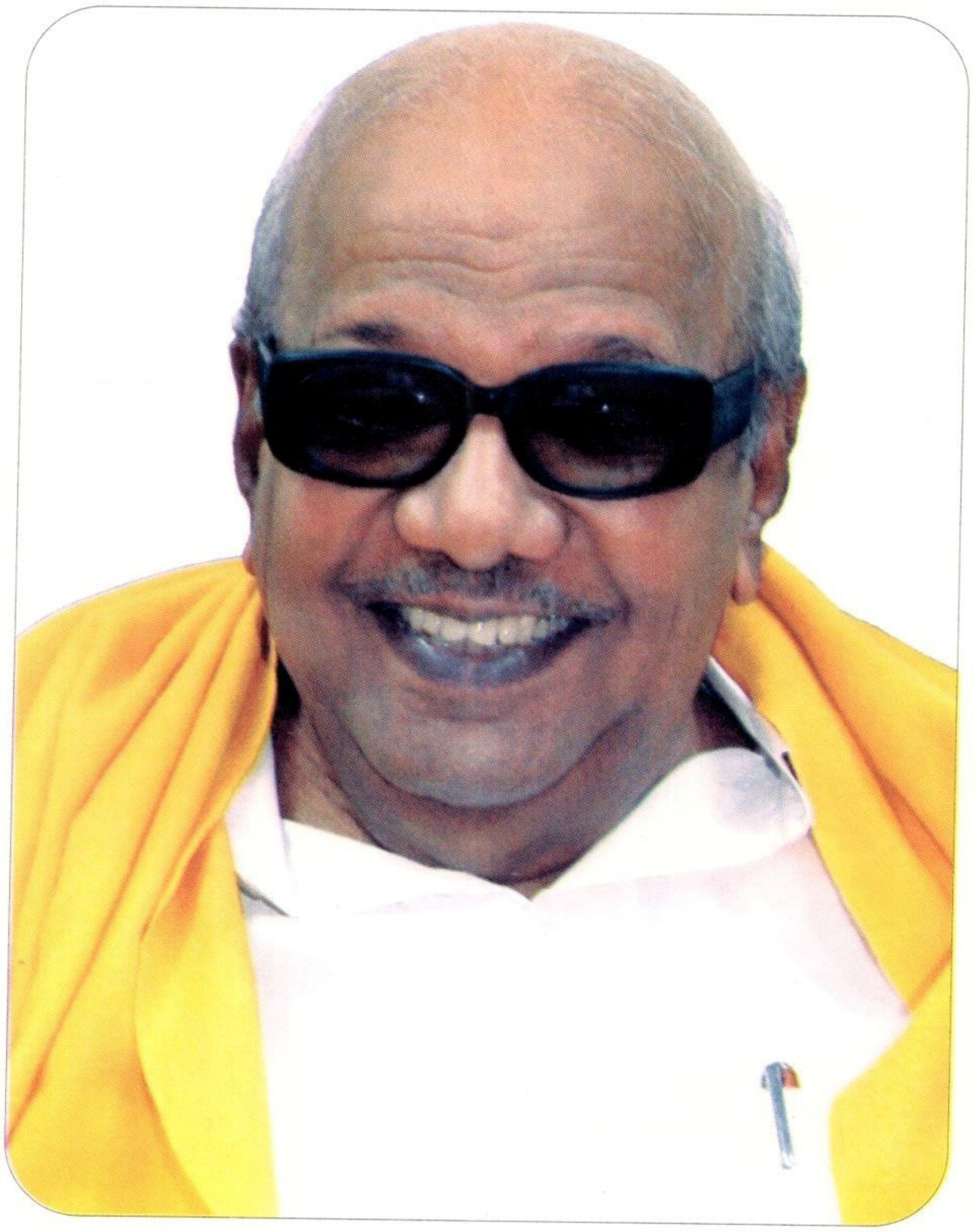
In association with

DEPARTMENT OF AYUSH,
MINISTRY OF HEALTH & FAMILY WELFARE,
GOVT OF INDIA, NEW DELHI

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SURJIT SINGH BARNALA
Tamil Nadu Governor

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



Kalaignar M. KARUNANITHI
Chief Minister of Tamil Nadu

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Prof. ANBAZHAGAN
Tamil Nadu Finance Minister

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

M.R.K. PANEERSELVAM
Tamil Nadu Health Minister

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

K.N. Nehru
Tamil Nadu Transport Minister

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

PARITHI ELLAMVAZHUTHI
Minister for Information

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

N. SELVARAJ
Minister for Forests

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

G.A. RAJKUMAR, I.A.S.,
Special Commissioner
of Indian Medicine and Homeopathy

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Complimenrs From

NATURE CURE

ARAVINDH HERBALS LABS (P) LTD

P.B.No. 140, 140, Mudangiyar Road,
4Th K.M Rajapalayam - 626117
Ph. : 04563320456, Cell : 9842173115
E-mail : araherb@sancharnet.in
web-site:www.aravindhherbal.com

- Govt. Certified" Good manufacturing practice" company
- Manufacturers of traditional Siddha, Ayurveda, Homeo medicines.
- Manufacturers of more than 700 Herbal medicines.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

திருச்சி மாவட்ட சித்த மருத்துவ
கருத்தரங்கு வெற்றி பெற
மனமார்ந்த வாழ்த்துக்கள்

R.A. ராமசாமி

திருச்சி மாவட்ட தி.மு.க
இளைஞர் அணி துணைஅமைப்பாளர்
மணப்பாறை

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

GOD

Oh Wisdom
that shines in the life
called Love
Oh great light
contained in the atom
called love
Oh Transcendent Brahman
embodiment of love

- SAINT VALLALAR

With best compliments from :

SAKTHI SUGARS LIMITED
A pace setter for rural prosperity

Manufacturers of :

High Quality White Crystal Sugar, Industrial Alcohol, Ethonal,
Co-Generation of Power, Pollution Control Equipments,
Enriched Bio-Compost, Soya Products, Iron Castings
and Auto Components.

Corporate Office : 180, RACE COURSE ROAD, COIMBATORE 641 018
Tel :0422-2221551-4/4322222 Fax : 2220574
Email:Info@sakthisugars.com
Website: www.sakthisugars.com

FACTORIES:

SUGAR UNITS:

REGD.OFFICE, UNIT-I & DISTILLERY
Marchinaickenpalayam
Sakthi Nagar-638 315, Erode District
Tamilnadu

UNIT-II Kannariruppu Mathur
Padamathur 623 560
LTD.,
Sivaganga Tk, Sivaganga Dist.
Tamilnadu

UNIT-III & DISTILLERY
Haripur Village
Korian P.O. 759 013
Plant
Dhenkanal Dist., Orissa

SOYA UNIT -
Ambarampalayam Post
Pollachi Taluk 642 103
Tamilnadu

SAKTHI AUTO COMPONENT
Pallagoundenpalayam
Perundurai Taluk 638 056
Erode District, Tamilnadu

UNIT-IV
Sugar Factory & Co-Generation
Poonthurai Semur Village
Erode District, Tamil Nadu

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

SAVERA
HOTELS LTD

No.146, Dr.Radhakrishnan Salai,
Mylapore,
Chennai - 600 004
Ph: 28114700
hotsave@vsnl.com

Walnut
BUDGET HOTEL

A New Venture From SAVERA HOTEL

5/76-4-16-17, Raidurga,
Gachibowli - Tolichowki Road,
Hyderabad, 500 008
Ph: 2356 3906
walnuthyderabad@vsnl.net

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ANNOUNCING PAINMUKTI CREAM FOR FASTER, SURER & LONGER LASTING RELIEF WITHOUT ANY SIDE EFFECTS.

PAINMUKTI™ Cream

PAINMUKTI WORKS BETTER THAN ANY OTHER SIMILAR CREAMS AVAILABLE IN THE MARKET

- One thousand years old known Mahanarayan Taila in this formula is proven to relieve pain and keep muscles and tendon supple.
- Relief stays 3 times longer than any other pain cream in the market.
- Proven anti inflammatory and pain reliever.
- Ingredients are proven to reduce the thickness of the joints swelling.
- Active ingredient capsacin has the ability to block the transmission of pain.
- No burning sensation after applying and it is non- greasy.
- Prevents attack of cluster Headaches and Migraines.

INDICATIONS

Morning stiffness, sprain, joints pain, Back & neck pain, headache, muscular pain, Body ache, arthritic pain and frozen shoulder, tennis elbow and muscular spasm.

AYUSHAKTI AYURVED PVT. LTD.
C-47, 1st Floor, Pravasi Ind. Estate, Off. Aarey Road, Goregaon (E), Mumbai -400063. **Tel: 67376718/ 67376719**

Effective ingredients in Painmukti cream and their actions are :

- *Mahanarayan Oil- reduces pain, swelling & stiffness.*
- *Lavang Tail (Eugenia Aromatic)-Anti inflammatory*
- *Twak Oil (Cinnamomum Zeylanicum)-reduces stiffness*
- *Gandhapurao Tail (Wintergreen)- enhances movements in joints*
- *Pudina phool (Mentha Spicata)- reduces joints pain*
- *Shuddha Guggul (Balsamodendron mukul)- remove blocks in joints, anti arthritic and ani inflammatory.*
- *Mirchi Ark (Capsicum ext) - reduces joints stiffness, swelling and blocks transmission of pain*

Scientific study has proved the ingredients are pain relieving, anti inflammatory, reduces joint swelling, anti arthritic, anti Osteoarthritis, ability to block the transmission of pain. Controls the discomfort of cluster headaches.

Usage: local application

How to prescribe for best results :

- *Apply it on the affected area and massage gently for one minute and do hot fomentations to enhance the relief.*
- *For chronic conditions, advise to apply every four hours.*
- *For prevention of full blown migraine attacks, apply the cream every 30 mins in the nose, nasal area and on the temples.*

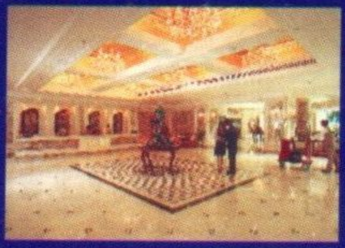
No contraindications. Available in 25 gms.

I give **PAINMUKTI** to all of my patients who complain of neck and back pain. I see many patients who have suffered injuries such as automobile accidents. They get effective relief using **PAINMUKTI** and are able to reduce or eliminate pain medications. It is the most effective pain relief cream that I have ever used. It not only reduces pain but also helps to eliminate the cause of the pain.- **Dr. Tom Mitchell - USA.**

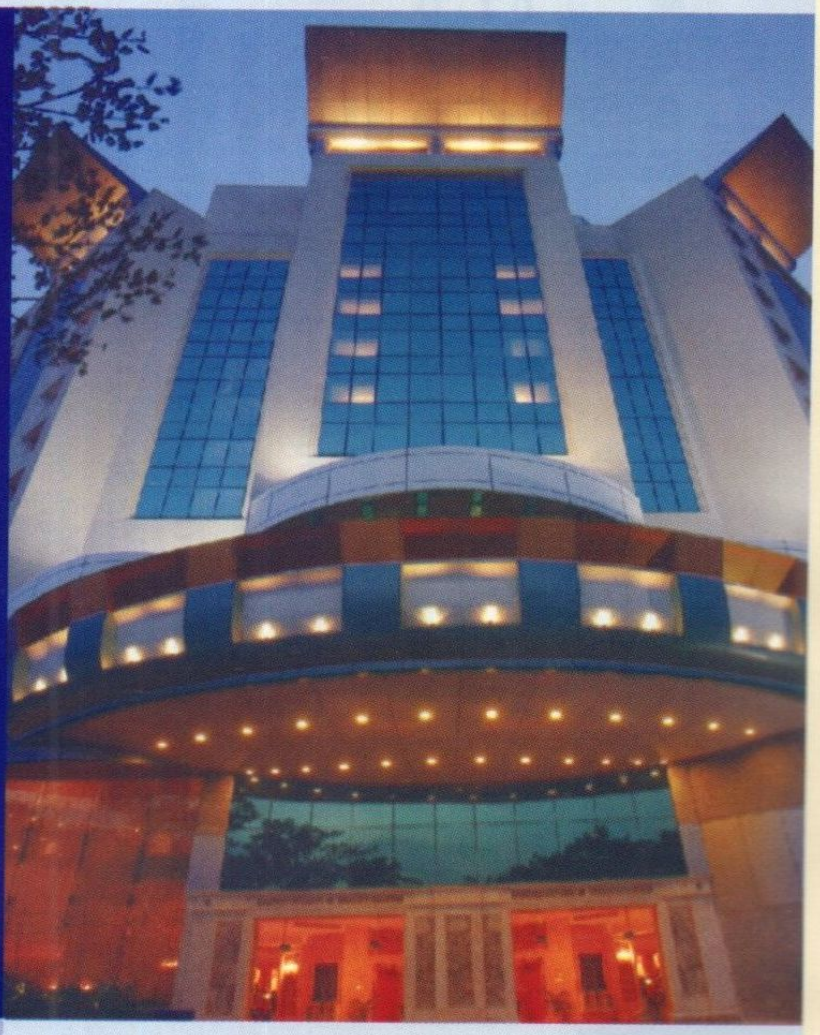
I have observed that **PAINMUKTI** is far more effective as compared to painkillers. By using **PAINMUKTI** patients gets long lasting results. I recommend **PAINMUKTI** to all my patients who suffer from pain. - **Dr. Sanjay S Gosavi - Mumbai.**

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AN ADDRESS FOR YOUR BUSINESS NEEDS.
A REFLECTION OF YOUR PERSONALITY.



The Accord Metropolitan, a premier five star hotel lends a touch of exceptional class to your day. From the majestic lobby to the facility packed business centr and comfort-laden rooms, every square foot of the hotel spells uncompromising five star luxury. The Accord Metropolitan is worth your class.



162 well-appointed Rooms including a **Presidential Suite, Studio Apartments** and **Deluxe Suites.**

Located in the heart of the city , close to Gemini Circle off Mount Road.

Wi-fi connectivity for seamless access to the internet.

Expansive convention facilities at the dedicated Banquet Floor

Fully equipped Fitness Centre with Spa and Swimming Pool.

Some of the best dining options at **Seasons** All Day Dining restaurant, **Pergola** - High Altitude Dining at the 15th level, **Zodiac** - The Lounge Bar offering extensive choices and **OPM** - The Club at The Accord Metropolitan.

The ACCORD
METROPOLITAN

G N Chetty Road,
T Nagar, Chennai 600 017.
Tamilnadu, INDIA

Tel.: +91 44 2816 1000
Fax: +91 44 2816 1001.

Email:
hotel@the accordmetropolitan.com

www.theaccordmetropolitan.com

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

The New India Assurance Co. Ltd.

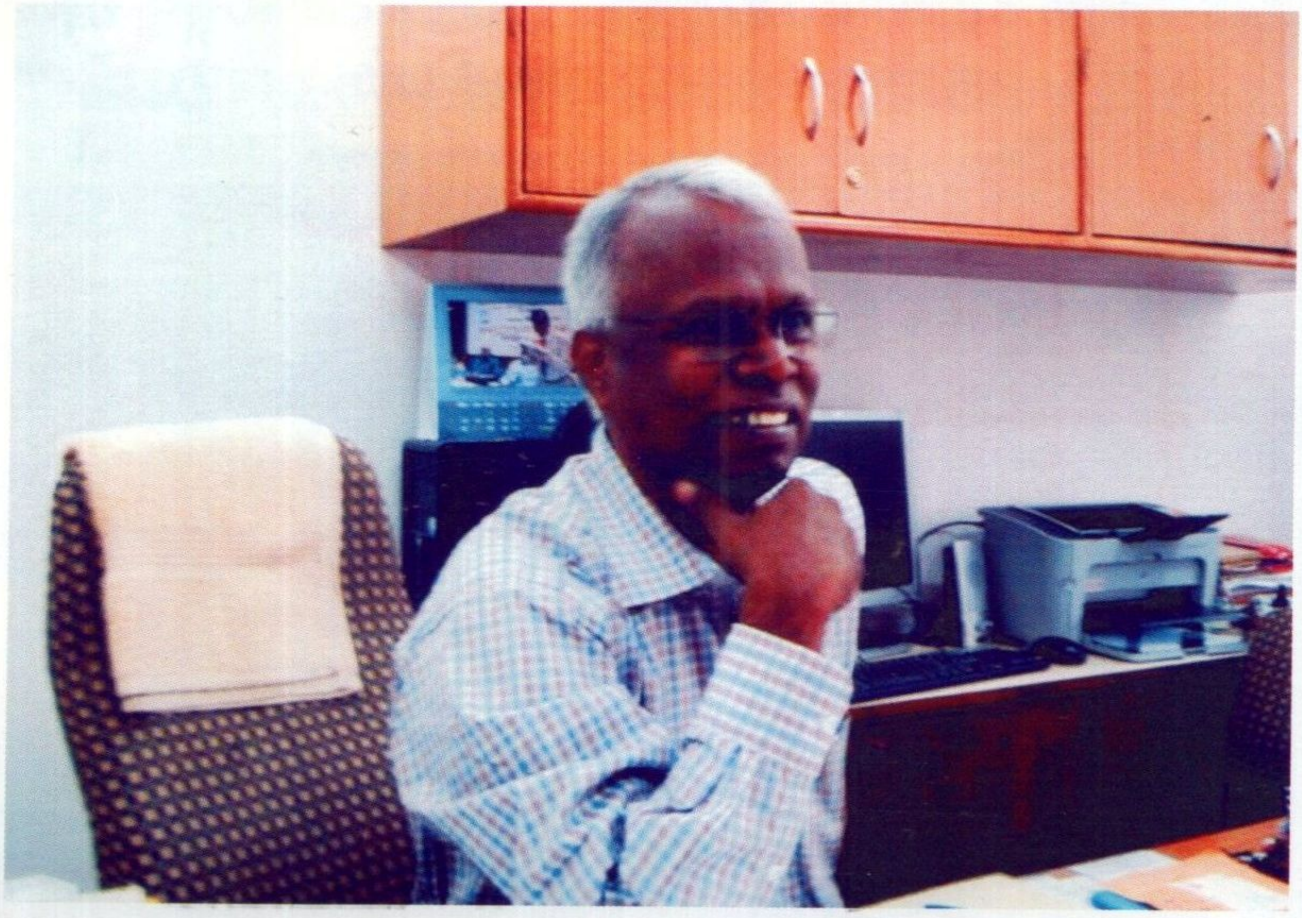
Branch Office : 710404
375, Anna Salai, 2nd Floor, Saidpet, Chennai - 600 015.
Tel. 044 - 23459775, 73 Fax : 23456774
E-mail : niac0404@vsnl.net

SOME OF OUR UNIQUE BEST SELLINJG PRODUCTS ARE :

1. Fire Insurance covering Dwellings, Shops, offices etc
2. Personal Accident Insurance (Individual And Group)
3. Mediclaim Insurance (Individual, Group & Floater)
4. Overseas Medical Insurance
5. Doctor's Indemnity Insurance
6. Office protection Shield
7. Householder's Insurance - (Comprehensive Cover)
8. Shopkeepers Insurance - (Comprehensive Cover)
9. Motor vehicle Insurance - (Comprehensive Cover)

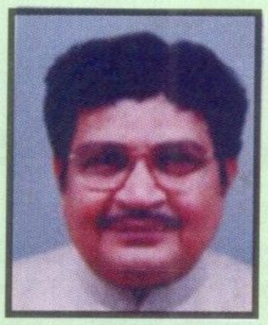
AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from



DR. M.A. KUMAR. M.D(S)
Dy. Adviser Siddha
Health & Family Welfare
GOVT. OF INDIA.

With Best Compliments from



Prof. Dr. P. JAYAPRAKASH NARAYANAN,
M.D.(Siddha)

JAYA INDIAN MEDICINE PHARMACEUTICAL (P) Ltd.

Maduravayal, Chennai - 600 095.

Phone : 044 - 65165825, 6282236112

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ZIGMA HERBAL REMEDIES

Manufacturer of Herbal Medicines
(A Division of M.S.S. Asan Group of Companies)

Office :

12/1, Melaratha Veethi, Nagercoil - 629 001,
Tamil Nadu. India.
Phone : 04652 - 225621, 227422 Fax : 224373
Mobile : 94434 - 02767
Email : info@zigmaherbals.com
Web : www.zigmaherbals.com

Factory :

10-66A, Visuvasapuram East,
Thovalai - 629 302, Tamil Nadu, India.
Phone : 04652 - 284045, 284046
Mobile : 98430 58052

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

Dr. P. Manivannan, B.S.M.S

Tamilnadu Medical Services
Siddha Specialist

SANJEEVI PHARMA CHENNAI - INDIA

SANJEEVI PHARMA ™

(Elthical Siddha & Ayurvedic Drug Manufacturers)

Wishes you...

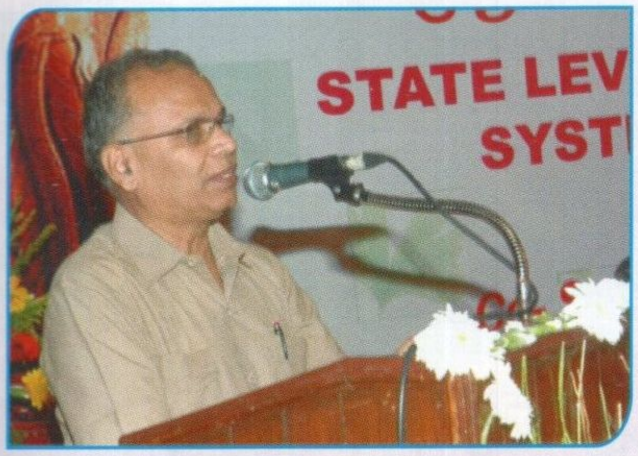
" Healthy Life Through Naturals "

Factory : Siddha : 3/479, MIG Plot, Mugappair East, Chennai - 600 050. Ph : 26560278
Factory - Arurveda : Parkulam Village, Poondy, Thiruvallur Dist.
Office : 13/430B, 1st Floor, Anna Nagar 3rd Main Road, NSK Nagar, Arumbakkam, Chennai-106. Ph : 23450930
RG Enterprises : No.5, 25th Street, NSK Nagar, Arumbakkam, Chennai-106.
Shop I : 514/2 NSK Nagar, Opp. Govt. Siddha Medical College, Arumbakkam, Chennai-106. Ph : 26221973/23450930
Shop II : No.17, Anna Nagar, IIIrd Avenue Opp. to Anna Hospital, Chennai-106. Ph : 23450932
Sole Distributor : SANJEEVI PHARMA TRADERS, 36, Limeklin Street, Aminjikarai, Chennai-600 029. Ph : 26641907/26641905
Sub Distributor : SANJEEVI ENTERPRISES, No.2, Iyappan Koil Street, Thiruvarur-2. Ph : 04366-242202
Sub Branch : SANJEEVI PHARMA, 40/D, Jalal Complex, Advaidha Asharmam Road, Near Punjab National Bank, Opp. New Bus Stand, Salem-4. Ph : 0427-2336729
Herbal Farm : SANJEEVI NATURAL FOOD, Parikulam Village, Poondy

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

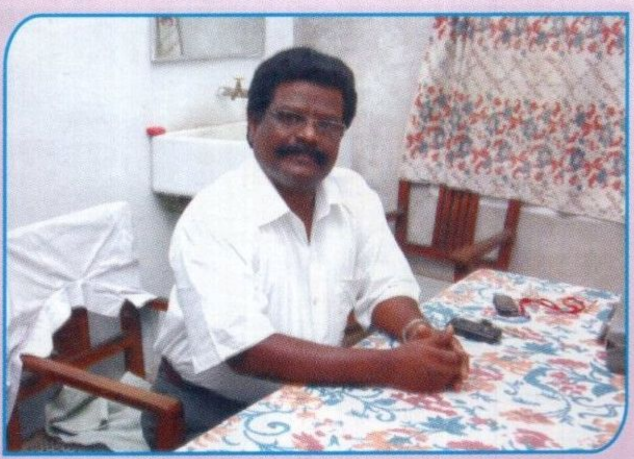
Committee Members
Director
Secretaries

Best Wishes



Dr. Anandhan

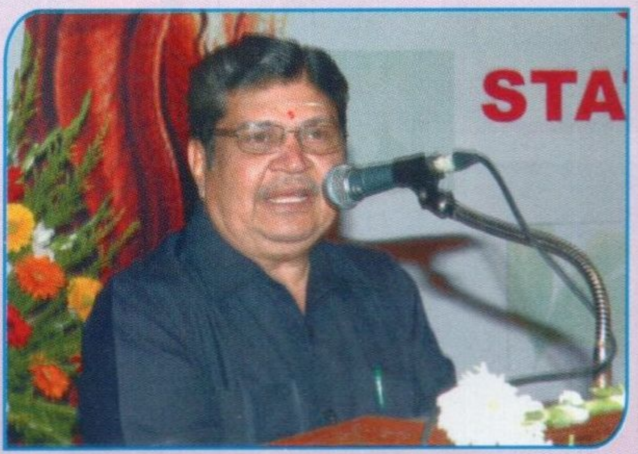
Dr. Palanichamy



Dr. P.manivannan

Dr. Jeganmohan

Dr. Murugesan



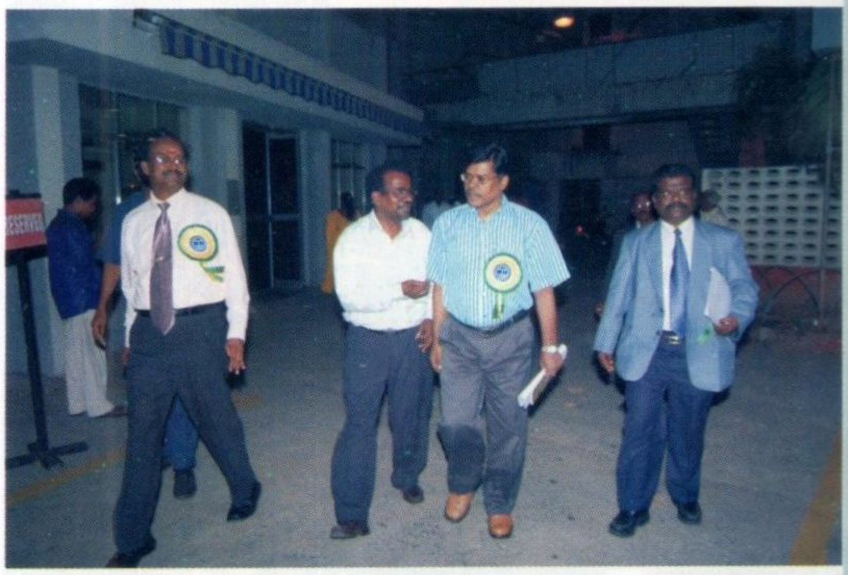
Dr. Jaya Prakash Narayannan

Dr.Thanaraj

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Surjit Singh Barnala

GOVERNOR

September 8, 2008

MESSAGE

I am pleased to learn that the State Level Conference on the Role of Siddha System of Medicine in Geriatric Care – Muthumai Maruthuvam is organized by the Department of Indian Medicine and Homoeopathy on 11-12th September 2008 in Chennai.

Health is the wealth of a nation. Caring for the aged, giving due attention and treating them with love and affection is warranted. Siddha system of medicine is one of the oldest system of medicine. It caters to the health needs of the young and also elderly people.

I am sure that this State Level Conference would prove as a platform to share the experiences and pave the way for more effective use of Siddha Medicine in Geriatric care.

I convey my warm felicitations to the Department of Indian Medicine and Homoeopathy, Department of Ayush, Ministry of Health & Family Welfare, Government of India and the Dept. of Health & Family Welfare, Govt. of Tamil Nadu and to all the participating delegates.

I wish the Conference all success.

Surjit Singh Barnala

(SURJIT SINGH BARNALA)

Raj Bhavan, Chennai - 600 022, Tamil Nadu, Phone : 22351313, Fax : 22350570

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மு. கருணாநிதி
முதலமைச்சர்

தலைமைச் செயலகம்
சென்னை - 600 009

வாய்மையே வெல்லும்

நாள் 09.09.08

வாழ்த்துச் செய்தி

'முதுமையைப் பேணுதலில் சித்தமருத்துவத்தின் பங்கு' எனும் தலைப்பில் 2008 செப்டம்பர் 11, 12 ஆகிய நாள்களில் சென்னையில் மாநில அளவிலான கருத்தரங்கு நிகழ்வதும், அதனையொட்டி, 'பொதிகைத் தென்றல்' எனும் பெயரில் மலர் வெளியிடப்படுவதும் அறிந்து மகிழ்கிறேன்.

அனைவர் வாழ்விலும் தவிர்க்க முடியாத முதுமையைத் தள்ளிப் போடவும், முதுமைச் சிக்கல்களைத் தவிர்த்து உடல் நலம் பேணிக் காத்திட, சித்த மருத்துவத்தில் மூச்சுப் பயிற்சி, யோகப் பயிற்சி, காயகல்ப மூலிகை மருத்துவம் எனப் பல்வேறு வழிமுறைகளைச் சித்தர்கள் பகுத்தும், தொகுத்தும் தந்துள்ளனர். இத்தகைய வழிமுறைகளை அறிஞர்களும், பொதுமக்களும் அறிந்து பயன்பெறுவதற்கு உதவும் வகையில் 'முதுமையைப் பேணுவதில் சித்த மருத்துவத்தின் பங்கு' – எனும் தலைப்பில் கருத்தரங்கு நிகழ்வதும், 'பொதிகைத்தென்றல்' எனும் பெயரில் மலர் வெளியிடப்படுவதும் பாராட்டுக்குரியது. கருத்தரங்கு வெற்றியுடன் நிகழ மலர்–சித்த மருத்துவத்தின் மேன்மையைப் புலப்படுத்திட என் உளமார்ந்த நல்வாழ்த்துகள் உரித்தாகுக.

(மு.கருணாநிதி)

பெறுநர்

பேராசிரியர் மூ. முருகேசன், எம்.டி., (சித்தா),
கருத்தரங்கு செயலாளர்,
முதுமையைப் பேணுதலில்
சித்த மருத்துவத்தின் பங்கு– மாநிலக் கருத்தரங்கு,
சென்னை–106.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

க. அன்பழகன்
நிதித் துறை அமைச்சர்

தலைமைச் செயலகம்
சென்னை - 600 009

வாய்மையே வெல்லும்

நாள் 30/08/08

அன்புடையீர்,

வணக்கம்.

முதுமையைப் பேணுதலில் சித்த மருத்துவத்தின் பங்கு" என்னும் தலைப்பில், அதைக் கருப்பொருளாகக் கொண்ட மாநிலக் கருத்தரங்கு ஒன்று, தமிழ்நாடு அரசு சித்த மருத்துவத் துறையும், மத்திய அரசின் ஆயூஷ் துறையும் இணைந்து நடத்துவது அறிய மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.

தமிழ் மொழியில் மூல ஏடுகளை எல்லாம் கொண்டதாகவும், தமிழ் மக்களின் வாழ்வில் பெரும் செல்வாக்குடையதாகவும் இருந்த சித்த மருத்துவம், தென்னக சித்தர்களால் வளர்க்கப்பட்டதாகும். இயற்கை மருத்துவத்தின் பயனையும் பெற்றதாகவும், உணவையே மருத்துவமாகக் கொண்டதாகவும், கதிரொளியும் காற்றும், நீரும், மண்ணும் கொண்டுள்ள மருத்துவப் பயனைக் கைக்கொண்டதாகவும், இயற்கையின் முதல் உயிரெனலாகும் தாவர மூலிகைகளின் மருத்துவச் சிறப்பியல்களைப் பயன்படுத்துவதாகவும் உள்ள சித்த மருத்துவம், மானிட வாழ்வில் முதுமையால் விளையும் தளர்ச்சியைத் தடுக்கவும் மாற்றவும் பல வழிமுறைகளை அறிந்திருந்ததில் வியப்பில்லை. தமிழக சித்தர்கள் பலரும் நெடிது வாழ்ந்தனர் என்பதே அதை மெய்ப்பிக்கும்.

சமுதாயத்தின் வாழ்க்கை முறையில் ஏற்பட்டுள்ள மாற்றங்கள், நடைமுறையில் தோன்றும் பரபரப்பு, மன அமைதி கெடுக்கும் கவலைகள், உலகச் சூழல் மாற்றங்கள், உணவுப் பழக்கமும் உணவின் தரமும் போன்ற பல காரணங்களால், மனித வாழ்வில் சலிப்பு வளர்ந்து, கடமை ஆர்வம் குன்றி, மனமகிழ்ச்சியையும், நிம்மதியையும் இழப்பதா முதுமை நம்மை நாடி விரைகின்றது. முதுமையின் தளர்ச்சி மிகும் போது, நோய்த்தடுப்பு ஆற்றல் குறைகிறது. பலவகை நோய்கட்கும் புக்கில் கிறது உடம்பு: அதன் கடுமையும், கொடுமையும், துன்பமும் தொல்லையும் வாழ்வையே வெறுக்கச்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

செய்யும். தாம் அன்பு செலுத்திய தம் மக்களிடமேகூட வெறுப்புக் கொள்ள ஏதுவாகும்.

ஒருவகையில் நோய்க்கு இடம் கொடலாகாது என்போர், முதுமை எண்ணத்திற்கு இடம் கொடாது வாழப் பழக வேண்டும். அத்துடன், காயகல்பம் கண்டு, முதுமை விளைவை ஒத்திவைக்க வழிகாட்டிய சித்த மருத்துவத்தின் மூலம் கிடைக்கக்கூடிய தகுந்த சிகிச்சையைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளவேண்டும் என்று விழைகிறேன். அந்த நோக்கத்தில் இந்தக் கருத்தரங்கு சிறந்த பயனளிக்கும் என நம்புகிறேன். கருத்தரங்க கருத்துரைகள் இடம்பெறும் மலர் சிறப்பாக அமைந்திட வாழ்த்துகின்றேன்.

அன்பன்,

பெறுநர்

பேராசிரியர் மூ.முருகேசன் எம்.டி.,
கருத்தரங்கு செயலர்,
முதுமையைப் பேணுதலில் சித்த மருத்துவத்தின் பங்கு,
சென்னை 600 106.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

எம்.ஆர்.கே. பன்னீர்செல்வம்,
மக்கள் நல்வாழ்வுத் துறை அமைச்சர்

தலைமைச் செயலகம்
சென்னை - 600 009

நாள்...

வாழ்த்துச் செய்தி

தமிழ்நாடு அரசு இந்திய மருத்துவத்துறையும், மத்திய அரசு ஆயுஷ் துறையும் இணைந்து 2008 செப்டம்பர் 11, 12 ஆகிய இரு நாட்கள் சென்னை மியூசிக் அகாடெமியில் "முதுமையைப் பேணுதலில் சித்த மருத்துவத்தின் பங்கு" என்ற கருப்பொருளில் நடத்துவது மகிழ்ச்சியுடன் வரவேற்கதக்கது. எனெனில் தமிழர்களின் மருத்துவமாம் சித்த மருத்துவம் முதுமையை வெல்வதில் ஆற்றிய பங்கினை அறிவுபூர்வமாக வெளிப்படுத்த இது தக்க தருணமாக பயன்படுத்தி அனைவரும் அறிவு சார்ந்த கருத்துகளை பகிர்ந்து கொள்ள கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

சித்த மருத்துவம் அனைத்து பிணிகளுக்கும் தீர்வு காண்பது மட்டுமெல்லாமல், பிணிவராமல் தடுக்கின்ற முறைகளையும் தன்னுள் அடக்கியுள்ளது. முதுமை காலத்தில் உள்ள நண்பனைப் போன்று நோய் வராது காத்து முதுமையை வெல்வதில் பேருதவி புரியும் என்பதை இக்கருத்தரங்கு மலர் "பொதிகை தென்றல்" அனைவருக்கும் எளிய முறையில் எடுத்துரைக்கும் என்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை.

இக்கருத்தரங்கு சிறப்பாக நடைபெற எனது வாழ்த்துக்களை தெரிவித்துக்கொள்கின்றேன்.

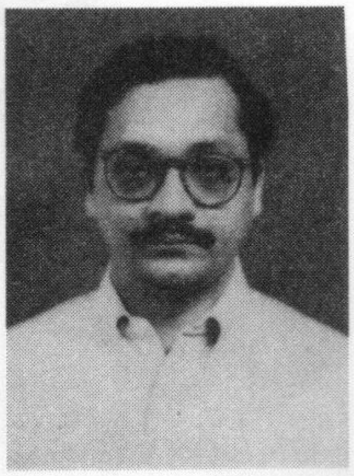
29/8/08

(எம்.ஆர்.கே. பன்னீர்செல்வம்)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

V.K.SUBBURAJ, I.A.S.,
Principal Secretary to Government

Health and Family Welfare Department
Secretariat, Chennai - 600 009.
Off ☎ : 2567 1875
Fax : 2567 1253
E-mail : hfsec@tn.gov.in



Dated: 28.08.2008

MESSAGE

I feel immensely happy to know that the Directorate of Indian Medicine and Homoeopathy, Government of Tamil Nadu is organizing a State Level Conference on The Role of Siddha System of Medicine in Geriatric Care and releasing a Souvenir of "Pothigai Thendral" on 11th and 12th September 2008. It is the appropriate time to involve all the Indian Systems of Medicine, particularly, Siddha which is prevalent in Tamil Nadu in rendering holistic approach to combat the old age related disorders. We all are aware that the life span of the individual in India, especially, in Tamil Nadu has risen. In the near future the total population of the old age people may shoot up very high. It is the prime duty of the medical scientists to evolve a strategy to deliver a health care system to increase the quality of life of elderly people. I firmly believe that this conference may find solutions to achieve the above said goal. I wish the organizers a great success in their endeavour for a better solution to the problems of the elderly people.

With regards,

28/8/2008

(V.K. SUBBURAJ)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Gram : "AYUSH"

डॉ जी. एस. लव्हेकर
निदेशक
DR. G.S. LAVEKAR
DIRECTOR

केन्द्रीय आयुर्वेद एवं सिद्ध अनुसंधान परिषद्
आयुष विभाग
(स्वशासी निकाय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मन्त्रालय, भारत सरकार)
जवाहर लाल नेहरू भारतीय चिकित्सा एवं होम्योपैथी अनुसंधान भवन

CENTRAL COUNCIL FOR RESEARCH IN AYURVEDA & SIDDHA
Department of AYUSH
(An autonomous organisation, Ministry of Health & Family Welfare, Government of India)
Jawahar Lal Nehru Bhartiya Chikitsa Avum Homoeopathy Anusandhan Bhawan

MESSAGE

I am very glad to know that the department of Indian Medicine and homoeopathy, Arumbakkam Chennai, Health and family welfare, Government of Tamilnadu, is conducting a state level Conference on the Role of Siddha System of Medicine in Geriatric care (Muthumai maruthuvam) on 11th and 12th September 2008 at Chennai.

As Holistic System of Medicine Siddha and Ayurveda are great knowledge resources which offer comprehensive treatment to many ailments occurring in old age. The Siddha & Ayurveda treatment is holistic in approach which considers body, mind and sprit as one unit. I hope that the workshop would be able to generate awareness among the scientist, practitioners and academicians of different systems of medicine.

I wish all success of this state level Conference on the Role of Siddha System of Medicine in Geriatric care (Muthumai maruthuvam).

(Dr.G.S.Lavekar)

61-65, इन्स्टिट्यूशनल एरिया, सम्मुख 'डी' ब्लाक, जनकपुरी, नई दिल्ली-110058
61-65, Institutional Area, Opp. 'D' Block, Janakpuri, New Delhi-110058
Phones : 28524457 / 28525520 **Tele-fax** : 011-28520748, **Fax** : 011-28525959
Website : www.ccras.nic.in, www.indianmedicine.nic.in **E-mail** : ccras_dir1@nic.in / drgslavekar@yahoo.com

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

முனைவர் இரா. கிருத்துதாசு காந்தி இ.ஆ.ப.,
அரசு முதன்மைச் செயலர்

இளைஞர் நலன் மற்றும் விளையாட்டு
மேம்பாட்டுத் துறை
தலைமைச் செயலகம்
சென்னை – 600 009.
தொலைபேசி 044 – 25671233
இமெயில் : ywssec @ tn.gov.in

செப்டம்பர் 5, 2008

வாழ்த்துச்செய்தி

கிழமதும் வளமென வாழச் செய்யும்
பழம்பெரும் மருந்தென ஆழச் சொல்லும்
சித்தம் வளரென மாநா டமைக்கும்
எந்தம் துறையே தமிழே வாழ்க

அன்பன்,

இரா. கிருத்துதாசு காந்தி

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SPEECH OF THE PRINCIPAL SECRETARY AND DIRECTOR OF INDIAN MEDICINE AND HOMOEOPATHY ON THE OCCASION OF THE INAUGURATION OF

"STATE LEVEL CONFERENCE ON THE ROLE OF SIDDHA SYSTEM OF MEDICINE IN GERIATRIC CARE

G.A. Rajkumar, IAS

With the declining birth rate and reduced rate of death in early age groups, the recent years have shown significant increase in the number of elderly, in the population world over. The developed countries like U.S. and Japan are already in the grip of high rate of population – aging, which has started displaying significant negative impact on socio-economic and health care planning of the present day society. The developing countries like China and India have also now started showing similar trends. Most demographers all over the world believe that, population-aging is going to remain the most significant demographic trend of the 21st century, which will influence a wide range of public issues of our times.

We all know that we are so far behind the Alma Ata declarations "Health for All". As you all know India as well as the World is going through a demographic and epidemiological transition. Whereas the developed world is facing a complete transition form communicable diseases to lifestyle related diseases, India has to shoulder the burden of both. Today about four crores of our people are above the age of 65 years of age and it will be more than 11 crores by 2016. Similarly by 2050, 1/5th of the global population will be above the age of 65 years. We are fortunate to have a large young working population and this is our strength but in many countries the number of pensioners will be more than the number of workers. Therefore,

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Geriatric health is an important issue in health care all over the world including India. Department of AYUSH has launched a series of National campaigns for mainstreaming of strengths of AYUSH national health care delivery because without complimenting conventional medicine with AYUSH systems we would, perhaps, never reach the goal of 'Health for All' even by 2020. AYUSH systems are central to the goal of 'Health for All' in India.

The first preceptor of Tamil Science and Literature of the Dravidians is "Agasthiar" who is in fact called the "Tamil Muni" and is also the founder of Siddha system of Medicine. Medicine as everyone knows is not merely a Science but an art as well. The word "Siddha" comes from the term "Siddhi" which means 'an object to be attained or 'perfection'. The Siddhars were a class of people who had lived at a very early period. Agasthiar, who was the Chief of the Sidhar's School, is said to have been a celebrated philosopher and physician who laboured amongst the Tamils in southern India. Some of his works are still standard books of medicine and surgery in daily **use among** Siddha Medical Practitioners.

It is needless to emphasis the important and crucial role that the Siddha System plays in improving the health of the community and ultimately of the Nation. Generally, Ayurveda, Siddha, Unani, Homœopathy and drugless therapies such as Yoga and Naturopathy had been catering to all the health care needs of the people before modern medicine came to India. The health care needs of the Tamil speaking people have been taken care of by their own system of medicine, i.e. the Siddha system. The major strength of this Siddha system is, its easy accessibility, wide acceptability, naturalness of the products and cost effectiveness.

As we know Siddha has a special branch of medicine called Kayakalpa (Rejuvenation) which exclusively deals with the problems of ageing and the use of Kayakalpa drugs and drugless therapies of treatment of old age related diseases of eye, heart, skin, brain, memory disorders, Asthma and Arthritis, etc.

The increasing number of the elderly in the population warrants development of newer healthcare strategies for the growing sections of the population. It cannot be over emphasized that the coming decades will encounter larger number of victims of the age related diseases like degenerative neuropathies, locomotors disabilities, geriatric urinary disorders, cardio vascular diseases, diabetes mellitus and cancers. Hence, there is a need of launching geriatric health care services at all levels.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

I am happy to know that a vast number of distinguished researchers and scientists for Siddha, Yoga and Modern Medicine are present amongst us and would be deliberating on various diseases of the old age and how best they can be managed by complimenting conventional medicine with Siddha and Yoga. These systems of medicine and the Ministry of Health exist for human health and no matter whichever discipline, Department of Government agency we belong to, we have no choice but to collaborate with each other in providing healthcare to the elderly. Let us spare a thought for the elderly who have made great contribution in building modern India and raising a new generation and they deserve the very best.

It is believed that Ayurveda, Siddha, Yoga and Naturopathy have real strength in this kind of health care. Siddha being essentially the science of life and longevity, puts special emphasis on geriatric care devotes one of its eight specialty branches, names Kayakalpa entirely to longevity specially its nutritional, immunological and neuro-protective aspects. Considering the obvious strength of Siddha in this area and its safe, pro-nature, cost-effective potential, the Government of India has recently launched a campaign to promote integrative geriatric health care through Ayurveda at national level with the following as its main components:

1. Current issues in geriatric health care
2. Basic tenets of Ayurveda and Ayurvedic geriatrics
3. Jara-avastha posana (Geriatric Nutrition)
4. Rasayana therapay and rejuvenation
5. Geriatric Panchkarma
6. Mental health care in the elderly (Manas swasthya)
7. Geriatric counseling and social support
8. Referral requirement and clinical judgement in geriatric practice
9. Neurodegenerative disorders
10. Neuropsychiatric disorders (Jara Janya Mano Vikar)
11. Cardiovascular disorders in the elderly
12. Endocrine & Metabolic disorders in the elderly
13. Diabetes Mellitus vis-à-vis Madhumeha in the elderly
14. Respiratory diseases of the elderly

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

15. Agni Evam Mahasrotas Vikara in Jara-Avastha (Gastro-Intestinal Diseases of the old age and their care)

16. Musculoskeletal & Joint diseases in elderly

17. Urinary diseases and other surgical problems of the elderly

18. Ano-rectal disorders of elderly

19. Wound management in the elderly

20. Adjuvant therapy for cancer

21. Panchendriya Vikar (sense organ diseases of the old age) eyes, ears and skin

22. Geriatric women health care

This campaign was inaugurated on January 23, 2008 by Union State Health Minister in New Delhi, before a gathering of the public and professionals from all over the country. The Government has also set up a task force for follow up action.

We would be discussing how to open Geriatric OPD and IPD at various levels of health care and I am sure in the policy session, we would also discuss how to collaborate with Ministry of Finance and Public and Private sector health insurance companies to come out with products for old age health insurance that covers senior citizens and their chronic health problems as well.

The major factor for unmet needs and deficiencies in health care is the overall shortage of trained medical manpower and insufficient infrastructure in the country. This can be overcome by the fresh Siddha graduates/doctors by adopting the villages and hamlets. They can establish their practice in such areas, where there is an acute need of a doctor. The Siddha doctor can very easily blend with the rural masses because of the close proximity of the system towards the nature and its affordability and acceptability.

Proper teaching and training of students in accordance with course curricula would definitely enable them to deal with all practical problems faced in a clinical set up particularly in rural areas where secondary or tertiary level health care or even allopathic doctor is not available. Scientific acumen of aspirants for adopting research as career, will also be molded accordingly. Necessary changes in this regard need to be brought about in the course curricula.

A vast resource of ancient medical knowledge is not optimally explored, utilised and validated on scientific lines due to which the country is lagging much behind in producing quality

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

standardized products compatible to international standards. We have to plan out a perspective strategy for integrating research activities with focused targets of developing quality natural drugs in accordance with the demand of international market and emerging scenario of health problems. Mutual collaboration with science and technology and medical research institutions standard protocols of research could be the only solution to validate and develop evidence based ISM products. Similarly, Post Graduate and Ph.D research programmes in medical and ISM & H institutions should have provisions of integrated research.

Government of India, in collaboration with the State Government, have established the National Institute of Siddha at Chennai. This institute is having a 120 bedded hospital with the facility for post graduate teaching and research in Siddha system of medicine. This institute will impart post graduate training in five Siddha subjects and offer facilities of higher and specialized inter disciplinary and intra disciplinary research. Government of India have introduced a number of schemes that provide for financial support for development of infrastructure to the ISM & H institutions including that of Siddha.

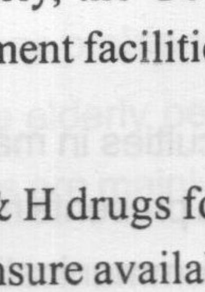
Under the Central Scheme both the Government Siddha Medical Colleges have been given financial assistance for the development of its infrastructure such as building, library, hostels in addition to the furniture and equipments. The Department has implemented a scheme for financial assistance @ Rs.25,000/- per dispensary to meet the demand of Siddha drugs for Siddha dispensaries under the existing PHCs. Similarly, the Government of India is giving financial assistance to establish specialized Siddha treatment facilities in the district headquarters allopathic hospitals.

A Pilot scheme of Home Remedy Kits of ISM & H drugs for first hand management of common ailments has also been started in 21 states to ensure availability of ISM & H medicines in villages where conventional health care facilities are not available.

Though the combined efforts of all, we can certainly develop strategies to be able to use limited resources in the best possible way. There must be a holistic approach, a conversion of ideas and common goals for upliftment of poor people and community participation to ensure sustainability. It is expected that the Siddha doctors and students should rise up to the occasion in achieving the common goal of health for all within the stipulated time schedule.

With these few words, I once again express my happiness to be with you and wish you all every success.

Thank you.



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

"GERIATRICS OVERVIEW"

DR.V.S.NATARAJAN, MD,FRCP(Edin), D.Sc.(Hon)
GERIATRICIAN & CHAIRMAN
SENIOR CITIZENS BUREAU
18, A, FLOWERS ROAD, KILPAUK, CHENNAI - 600 010.

What is Geriatric Medicine?

Geriatrics cannot easily defined. Unlike other specialities it does not deal with a group of diseases like Rheumatology or a system like Neurology. The British Geriatric Society has defined "Geriatrics as the branch of general medicine, concerned with the clinical, preventive, medical and social aspects of illness in the elderly". It is a very rewarding field of practice for the clinician rich in pathology and offering opportunities.

How Geriatrics differs from other specialities?

Elderly patients differ in many ways from the young, indeed much distinction underlie the existence of Geriatrics as a medical speciality. They differ mainly because of diagnostic, therapeutic and social problems.

Diagnostic problems

There are certain difficulties in making an accurate diagnosis in the elderly. Taking case histories in the elderly patients presents many special features and difficulties. Mental impairment and deafness are the main communication barriers with old people. They may not emphasise their problems very much. They may attribute everythings to their age and tend to suffer in silence. So practical skill and experience are needed in order to obtain adequate histories in geriatric work.

Presentation of illnesses in the elderly

Atypical presentation of illnesses in the elderly is common. Presentation may be obscure, misleading or silent. These special features lead to diagnostic problems.

An extremely confused state is the most common presentation of physical illness in the elderly e.g. chest infection, cardiac failure, constipation. Drugs are another important cause for the confused state e.g. diazepam. Only 20% of the geriatric patients present with classical features like chest pain, radiation, sweating or shock with heart attack. Silent heart attack is common in old age.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Multiple diseases

A striking feature of disease in the elderly is that is very often multiple. When dealing with younger patients. It is customary to try to explain every symptom, sign and abnormal laboratory finding in terms of a single pathological process. This approach is completely inappropriate in the old. Once people are in their 60s or 70s, thy commonly show evidence of several different pathological processes, some active, others inactive, but nevertheless contributing to the total disability e.g. osteoarthritis, dementia, hypothyroidism, cancer, diabetes, cataract, depression, etc.

Problems with the investigations

A problem, which arises in investigating the elderly, is to decide what is normal and what is abnormal. Are the standards the same as those for the young, or can some deviation from the usual standards be accepted as due to age? Many such questions are yet to be fully answered, particularly regarding laboratory tests.

Therapeutic problems

Drugs are not the only answer to an older persons problem. In Geriatric Medicine the aim of treatment is usually recovery to the extent that the elderly person can return in reasonable comfort to his normal way of life. Therapeutic problems are mainly due to:

a) Higher incidence of side effects

b) Multiple therapy

c) Drug interactions

Drug side effects rise both with age and the number of drugs prescribed. The reasons are that the active body mass tends to be less in old age, so that a relative over dosage takes place easily, e.g., digoxin. The renal function declines with age. As many drugs are excreted by the kidneys, their half life is generally prolonged and they become toxic, e.g.antibiotics.

Aims of Geriatric Medicine

- Maintenance of health in old age by high levels of engagement and avoidance of disease.
- Early detection and appropriate treatment of disease.
- Maintenance of maximum independence consistant with irreversible disease and disability.
- Sympathetic care and support during terminal illness.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Geriatric Department at Chennai

Geriatric Department at Government General Hospital, Chennai was established in 1978, as an outpatient service to start with. Outpatient department is functioning between 8-10 a.m. from Monday to Friday. In 1985 a ten bedded geriatric inpatient service was started for assessment and management of acute and multiple problems of the elderly. Subsequently the inpatient bed strength has been increased to twenty. This is the first and only one of its kind in India. For continuing care, and rehabilitation, 6 beds were allotted in each of the three peripheral hospitals of Chennai.

M.D. Geriatric Medicine was started in Madras Medical College in 1996.

Conclusion

Geriatric Medicine is a new discipline in our country. It is going to be a very important speciality in the future. Due to increased longevity elders are prone to suffer from both medical and social problems. The Governmental and voluntary organizations should come forward to tackle the medical and social problems of the elderly.

பூசையே பூமுன் றென்று புகலும்பே ரதனைக் கேளாய்
தாவுவை சூரி யாலுந் தழலெழ வியாதியாலும்
மேவிய நீரினாலும் விழியிடை மூன்று ரோகம்
கூவிய ஆணியுந்தல் குழம்பிய புகையா மூன்றே.

– அகத்தியர் நயன விதி

புத்தி யதற்குப் பொருந்துந் தெளிவளிக்கும்
சுத்த நரம்பினறற் றூய்மையுறும் – பித்தொழியும்
தால வழி வாதவித்தந் தத்தநிலை மன்னுமதி
காலை விழிப் பின்குணத்தைக் காண்.

– தேரையர் வெண்பா

COMMON SIDDHA REMEDIES IN GERIATRIC HEALTH CARE

Narayanan JP*,
Sathiya rajeswaran P** &
Natarajan S***

Introduction

Geriatrics is a branch of medicine which emerged in the last two decade as a separate entity towards the health care of the elderly. It is called as "Moopu iyal" in Siddha medicine. Siddha medicine plays as a major role in maintaining health of the elderly. "Kaya Kalpa" drugs and practices helps in postponing ageing and prevention of diseases of elderly. Thirumoolar veteran Siddhar says that

உடம்பார் அழியில் உயிரார் அழிவர்
திறம்பட மெஞ்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே.

According to Siddha system "Kapha" is deranged in geriatric age group. It is also mentioned that due to derangement of kapha death occurs.

வாதமாய்ப் படைத்துப் பித்த வன்னியாய்க் காத்துச் சேட்ப
சீதமாய்த் துடைத்துப் பாராந் தேகத்திற்குடியா மைந்து
பூதவிந்தியாமைவர் பூசை கொண்டவர்பால் விந்து
நாதமாங் கிருட்டிண மூர்த்தி நமக்கென்றும் துணையாவாரே
தேரையர் மருத்துப் பாரதம்

Even today we call a person as a senior citizen above 65 which is the potential age group for geriatric diseases worldwide. Average of people living more than 65 is increasing day by day due to sophisticated healthcare in the next few decade people living with disease at age more than 65 will increase in a double fold which is going to vibrate in socio economic as well as health care scenario globally.

Siddha system of medicine has a potential to emerge out as a main stream health care system of the geriatric community for the following reasons

1. Drugs used for geriatric community are safer than any other health system which is a very crucial area of health care of elderly.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Liniments	Ointments
kungiliya thylam	Moosambara pattru
Vadakesari thylam	Milagai pattru
Karpoorathy thylam	
Mayana thylam	
Ulunthu thylam	

All the above said internal drugs basically antivatha, anti inflammatory, adaptogenic carminative and reduce pain and disability much more than any NSAID. No known side effects were reported of the drugs.The external drugs are counter irritant and de obstruent used to combat inflammation .

Purging reduces Vatha domination and carminative properly of drugs dissolves the Amam present in the abdomen which is the basic cause of vitiated vatham.

Neer Surukku:

Neersurukku in Siddha is equated to BPH. Thasaiadaippu is dealt with drugs which are used to reduce hypertrophy and correct the genito urinary system.The following medicines are used in treating thasaiadaippu.

1. Nandukkal Parpam.
2. Silaasathu Parpam.
3. Nerunjil chooranam.

Asanavai noigal:

Partial constipation and haemorrhoids are reported to be very common among senior citizen. Reduced intake of water and sedentary life pattern accounts for them .By treating constipation the basic factor behind the diseases such as Moolarogam, Asanavai vedippu and flatulence can be corrected.

Laxatives :

a. Nilavagai chooranam.
b. Sivathai chooranam.
c. Suga bedi legium
d. Kadukkai legium
e. Moola kudari thylam
f. Mala kudara mezhugu.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Nadukku vatham:

Nadukku vatham (or) Panikamba vatham is the terminology used for parkinson's disease in Siddha. It is a very common senile disorder where Siddha system of medicine could play a major role .Nervine tonics such as "Punaikali"(Mucuna pruriens) containing dopamine compounds can be successfully used in treating parkinson's disease. Kayakalpa drugs will also play a major role in early detected cases.

MaMarathi Noi (Alzheimer's disease)

Alzheimer's disease is the common socio economic problem in developed countries and there is a great threat to the asian population to get affected and of due to increasing strength of senior citizen in upcoming year.

Anti oxidant and Anti inflammatory compounds which will also having a large number of herbal folates could play a major role in decreasing the deposition of apolipoprotein thereby reducing the Alzheimer's phenomenon.

The following are the herbal drugs which can be subjected for a total clinical research.

Herbs	**Botanical name**	**Pharamacological character**
Amukkara (Root)	Withania somnifera	Anti inflammatoryNervine tonicAnti oxidant
Manjal	Curcuma longa	Anti inflammatoryFlavanoidsAnti oxidant
Thaneervittan kizhangu	Asparagus racemosus	Nervine tonicRich in Folic acidAnti oxidant
Nelikai	Phylanthus embilica	Anti oxidantVitamin C abundance
Neer brahmi	Bacopa monerri	Brain tonicAnti oxidant

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

GERIATRIC CASES TREATED IN SIDDHA WINGS AND HOSPITALS.

- A Statistical Presentation

***K. Palanichamy, **G.Panneer Selvam, and ***P.Sathiya Rajeswaran**

INTRODUCTION

Geriatrics is the branch of medicine that deals with the diseases of old age. Most of the elderly do not need institutional care, if they are treated early. They often silently suffer the progression of diseases leading to an abrupt functional decline, which is then wrongly attributed to ageing. Therefore, geriatrics involves treating acute illnesses as well as managing the rehabilitative and long-term care of the aged.

Geriatrics differs from general medicine not in quality, but in the probability structures of diagnosis, presentation of illness and the need for an explicit determination to intervene. Older people need more investigations for comparable levels of diagnostic accuracy. For example, age-related impairment of immunity is associated with increasing lethality and reactivation of latent infections.

In addition, the old are more prone to developing side effects to drugs. Though the educational and clinical issues in geriatrics in India are similar to those in developed nations, the large population and the lack of funds make it much more challenging.

DATAS AND STATISTICS

Among the primary health care deliveries for the elderly population Siddha system has played a major role even before the days of emergence of geriatric as separate entity. The strength of Indian systems of medicine adhere itself in treating chronic diseases with a patient friendly, cheaper and efficacious medications. Most of the geriatric cases are exposed with chronicity and their financial potentials are low. This amounts to a reasonable number of patients to visit the siddha centers all over Tamilnadu. This paper attempts to project to the Govt. the strength of Siddha in treating elderly.

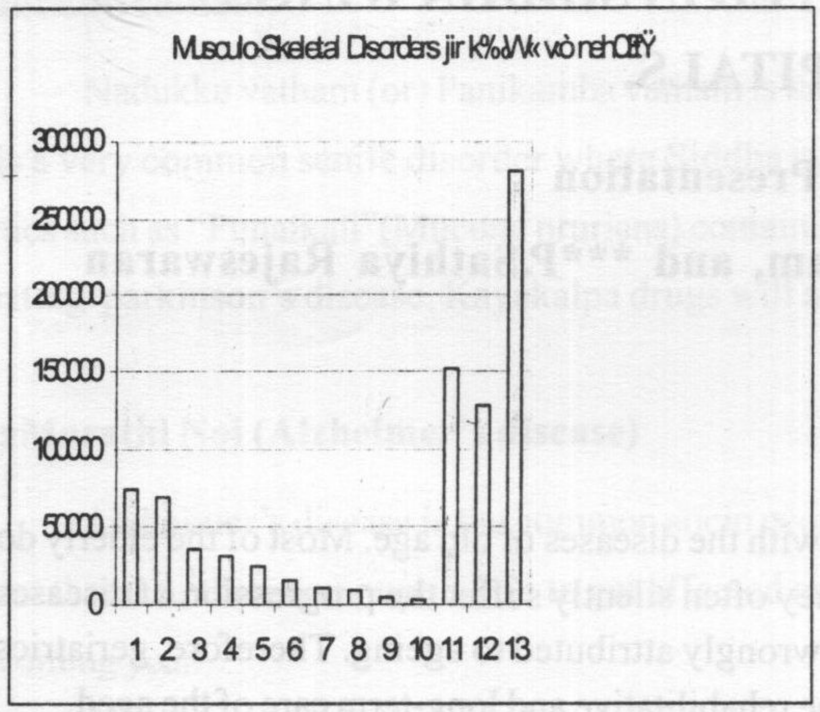
SOURCE OF DATA

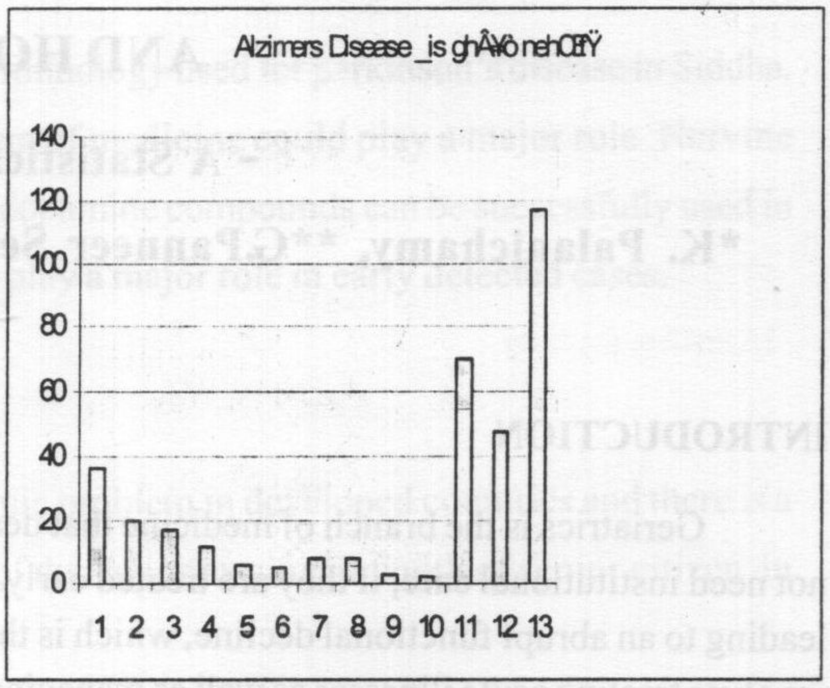
A data of OPD statistics (1/1/2007 to 31/12/2007) narrates the following points. This data is collected from all the Siddha wings/District Hospitals/Anna Hospital and All Siddha Colleges.

- The total geriatric population attended is 9, 75,951.
- Musculo-skeletal disorders dominate the total attendance 2, 80, 292.
- Alzheimer's are reported less in number.
- Uro genital problems and Refractory errors are dominant\

In females

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE





Diagnosis: THASAI MATRUM ENBU NOIGAL

Equated modern diagnosis: Musculo skeletal disorders

Age band: 60 -80 and above

Total no of cases: 2, 80,292

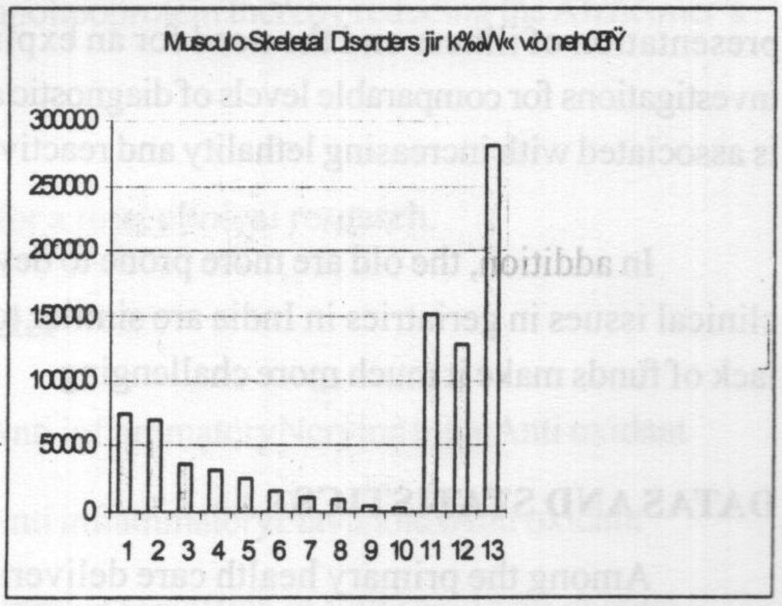
Males: 152039

Females : 128253

Percentage in total population: 28.7%

(X/9, 75,951 X 100)

Comments : Largest reported diagnosis



Diagnosis: Thol noigal

Equated modern diagnosis: skin Disorders

Age band: 60 -80 and above

Total no of cases: 1, 59,158

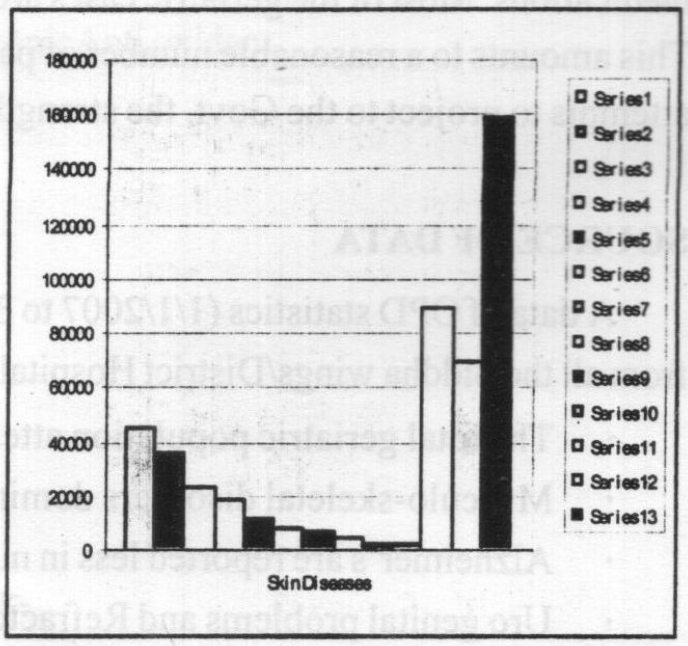
Males: 89,161

Females : 69,997

Percentage in total population: 16.3%

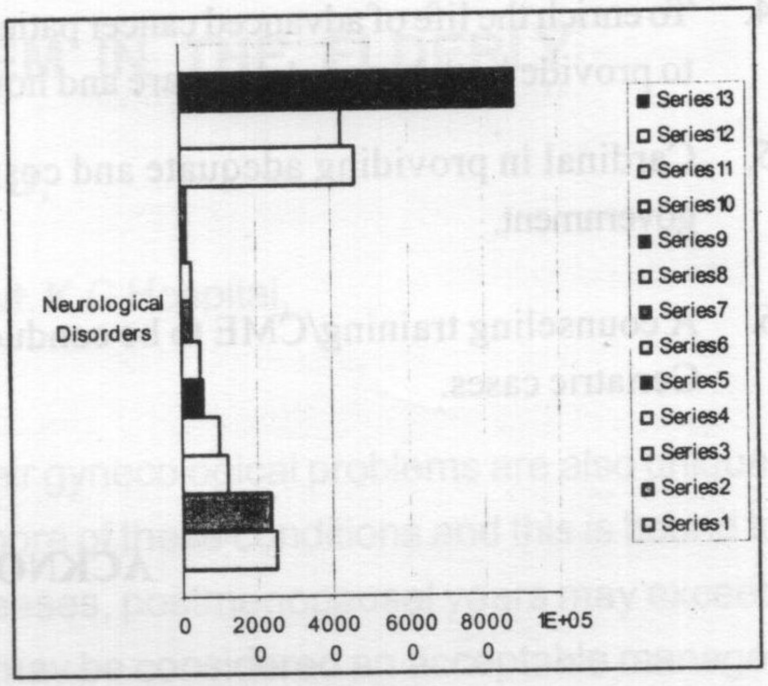
(X/9, 75,951 X 100)

Comments : Senile pruritus / Psoriasis are much reduced with Siddha medicines

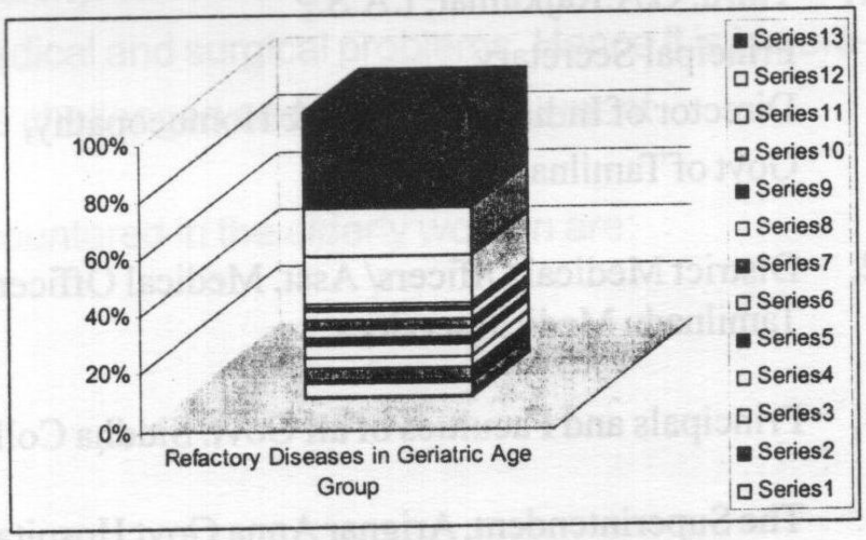


AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

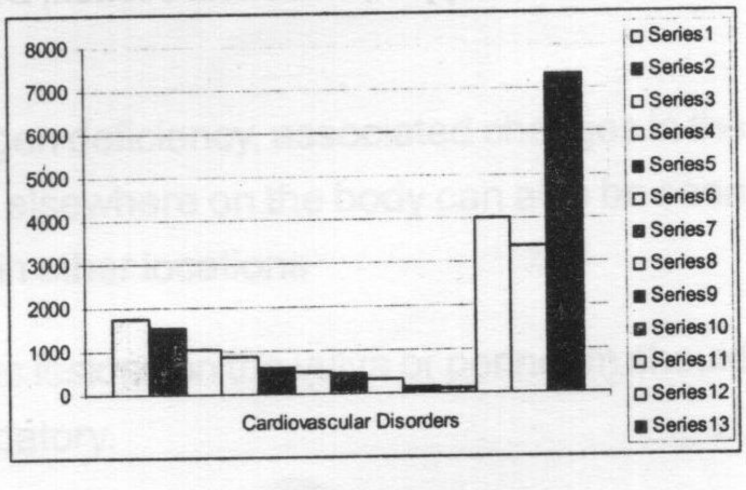
Diagnosis: Narambu mandala noigal
Equated modern diagnosis: Neurological disorders
Age band: 60 -80 and above
Total no of cases: 88792
Males: 46438
Females : 42444
Percentage in total population: 9%
(X/9, 75,951 X 100)
Comments : Internal & External Therapies combinedly play a major role



Diagnosis: Kan noigal
equated modern diagnosis: Refractory disorders
Age band: 60-80 and above
Total no of cases: 3591
Males: 1802
Females : 1789
Percentage in total population: 0.36%
(X/9, 75,951 X 100)
Comments : Prevention aspects are better



Diagnosis: Idhaya noigal
Equated modern diagnosis: Cardiovascular disorders
Age band: 60 -80 and above
Total no of cases: 7327
Males: 3985
Females : 3342
Percentage in total population: 0.75%
(X/9, 75,951 X 100)
Comments : Prevention and life style are much taken care.



1. The government must take the initiative to set up Siddha senior citizen centers in both rural and urban areas.

2. For those not requiring hospitalization, day-care facilities can be attached to these centers, providing physical rehabilitation/psychological counseling and the opportunity to socialize.

3. Health promotion, education and engaging in income-generating activities are all to be possible at such centers.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

4. To enrich the life of advanced cancer patients in a non-clinical environment, hospices are also essential to provide both hospital day-care and home-care services.

5. Cardinal in providing adequate and cost-effective care for the aged. It only needs the will of the government.

6. A counseling training/CME to be conducted for all the Siddha graduates by Directorate to handle Geriatric cases.

ACKNOWLEDGEMENTS

1. Thiru. G.A.Rajkumar, I.A.S.,
Principal Secretary,
Director of Indian Medicine & Homoeopathy,
Govt of Tamilnadu.

2. District Medical Officers/ Asst. Medical Officers-Siddha
Tamilnadu Medical services

3. Principals and Faculties of all Govt. Siddha Colleges,

4. The Superintendent, Arignar Anna Govt Hospital of Indian Medicine.

5. Mr.Murali, Typist, Statistical Section, Directorate of Indian Medicine.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

GYNECOLOGICAL PROBLEM IN THE ELDERLY

Prof. Rathnakumar, M.D., DGO,
Prof. of Ob.Gyn.,
Madras Medical College and Govt. K.G.Hospital,
Chennai.

The elderly women form a unique group and their gynecological problems are also unique. With the increasing lifespan, we are facing more and more of these conditions and this is bound to increase in the years to some. As life expectancy increases, postmenopausal years may exceed the duration of the reproductive years for many. What may be considered an acceptable management in the younger women may not be so in the elderly. The management depends not only on the existing condition but also on other associated medical and surgical problems. Hence it is imperative that the practicing physician is aware of these challenges and their management.

The common gynecological problems encountered in the elderly women are:
Vulvovaginal inflammation
Genital prolapse
Postmenopausal bleeding and
Alterations in bladder function.
Malignancy should never be forgotten in these women.

Vulvar Inflammations and Infections

This is mainly due to the combined effect of estrogen deficiency, associated changes in the anatomy and the process of aging. Skin changes found elsewhere on the body can also be seen on the vulva and are generally treated as they would be in other locations

However, ulcerations, or hypertrophic or verrucous lesions on the vulva or perineum should be considered potentially malignant, and biopsy is mandatory.

Pruritis

Pruritis is usually due to either estrogen deficit or an infection. Atrophic, sagging structures, mucosal thinning, and small, petechial hemorrhages point towards estrogen deficiency. Patients with diabetes mellitus or those taking antibiotics or corticosteroids are particularly prone to infection with Candida species.

Systemic disease associated with immunosuppression, diabetes mellitus, pernicious anemia, liver disease, lymphoma, or leukemia, should be ruled out if the response to treatment of an infection is poor or recurs frequently.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Burning and Irritation

It is not uncommon for the elderly to experience some amount of burning sensation when the estrogen deficient tissues come in contact with urine. However, UTI should be ruled out by appropriate tests.

Burning in the presence of beefy red vaginal mucosa suggests *Candida* infection or adenocar cinoma in situ (Paget's Disease). A biopsy is advised in all women when the suspected infection does not clear with treatment. If the biopsy shows malignancy, there is a 30% chance of coexistent cancer of the breast, cervix, bladder, gallbladder, or colon. Hence appropriate tests to rule out other malignancies should be performed

Vulvar and Vaginal Discharge

Vaginal discharge generally results from local vaginal conditions. Atrophic vaginitis is one of the most common causes of vaginal discharge. The malodorous nature of the infectious discharge differentiates it from the non infective vaginal discharge. Bacterial vaginosis (BV) is more common in elderly women. The thinning of the vaginal mucosa makes it easier for bacteria to enter the sub epithelial tissues. Organisms such as Gardnerella vaginalis may be detected in association with malodorous vaginal discharge. The most common trichomonas infection is associated with vulvar itching and a malodorous yellow-green vaginal discharge.

Pelvic Prolapse

Estrogen deficiency resulting in loss of elasticity and turgor, damage during child birth and unindicated episiotomy, muscle weakness or neuromuscular disease produced by disease, trauma, aging all form the reasons for prolapse.

The typical symptoms of pelvic prolapse is the patient's history of mass descending per vaginum. This may be associated with urinary and rectal symptoms depending on the presence or absence of associate cystocele or rectocele. The other symptoms include increased pelvic pressure, backache.

Postmenopausal Bleeding

Any vaginal bleeding in a postmenopausal woman is abnormal and should be considered naaş malignant nunless proved otherwise. The most common malignancies associated are those of endometrium and cervix. The other malignancies causing vaginal bleeding are vulvar and hormone-secreting ovarian malignancies. Endometrial hyperplasia when detected by biopsy, raises the possibility of an ovarian estrogen-secreting (theca cell or granulosa cell) tumor.

Benign causes of bleeding include

Atrophic vaginitis

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Urethral caruncle

Trauma caused by sexual activity

Cervical erosions

Endometrial polyps and

Endometrial hyperplasia.

Estrogen replacement therapy can also produce vaginal bleeding, but any bleeding in older women needs to be fully evaluated to rule out other causes.

Urinary Incontinence

This is more common than how it is considered. Mostly the women are not open enough to come out with the problem and become the "silent sufferers"

To maintain urinary continence, the pressure inside the bladder must remain below the intraurethral pressure or urine will be released. Two factors primarily influence bladder pressure : muscle tone and intra-abdominal pressure. Both factors can be adversely affected by normal aging. Regardless of the underlying disease, bladder pressure sufficient to overcome sphincter resistance is a prerequisite to urinary incontinence. The fundamental clinical challenge is to determine the disproportion between bladder pressure and sphincter competence .

Menopausal Symptoms

The average age of menopause in Indian women is around 51years and it is not uncommon to find the average woman postmenopausal for one third of her life.

Vasomotor symptoms or hot flushes are the most common symptom of the climacteric, occurring in up to 80% of perimenopausal women. Symptoms persist beyond 5 years in 25% of women and are lifelong in a small minority

The popularity of estrogen replacement therapy has waned over the years and the present tendency is to replace with selective serotonin-reuptake inhibitors or progestins or herbal remedies such as yams and black cohosh.

The elderly women needs compassion and care before therapeutic intervention. Very often tender loving care (TLC) alleviates some of their symptoms. A careful history, listening to their problems before jumping to therapy and a compassionate approach to the elderly is not only a good medical practice but also something we owe to the society.

* * *

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

PULMONARY CARE IN ELDERLY

By

Prof.Dr.S.K.RAJAN, M.D.(GM) FRCP(Glasg), D.Sc., (Hons), FRCP (Edn.)

EMERITUS PROFESSOR, FORMER DEAN,

PROF. & HEAD DEPARTMENT OF MEDICINE

STANLEY MEDICAL COLLEGE

CHENNAI 600 001

Lung function declines gradually after age of 20. Ageing reduction of respiratory reserve which tends to cause only minimal symptoms in healthy people often increased the risk and severity of pulmonary disorders.

After about age 20, the number of alveoli and the number of lung capillaries gradually begin to decrease. Smoke, environmental toxins, inflammatory injury accelerates effects of ageing resulting in dyspnea.

Beginning at age 30, there is decrease in number and elasticity of parenchymal elastic fibers, which causes gradual loss of elastic recoil of the lungs. Airway size also decreases.

At the age of 55, respiratory muscles begin to weaken and the chest wall becomes stiffer (decreasing compliance). Due to loss of elastic coil, lung volume reduced.

Diffusing capacity peaks in 20s and then declines. The estrogen in women reduces the destruction of alveolar capillary tissue and therefore decline of capacity is gradual.

Antibody responses to some vaccines decline with ageing. Cellular immunity also declines with ageing. Nosocomial pneumonia is common among hospitalized elderly patients who have undergone thoracic or abdominal surgery, mechanical ventilation or tube feeding. Pneumonia in the elderly is often the terminal even of disease like diabetes, COPD, heart failure, malignancy and dementia. They develop more complications e.g., adult respiratory distress syndrome, emphysema, and septic shock.

Diagnosis and treatment of asthma can be more complicated in people age 65 and older than in those who are younger. They develop worse asthma symptoms and higher risk of death.

The COPD in elderly diminishes, the mobility cause social isolation, anxiety and depression. Unexplained weight loss in patients with end stage COPD is a poor prognostic sign.

Tuberculosis is emerging as significant heath problem in elderly. This causes delayed diagnosis and more advanced disease at presentation. 90% cases in the elderly represent endogenous tuberculosis i.e. reactivating of dormant infection.

Lung cancer is the most common cause of cancer related deaths among both men and women in USA. In later year, they experience pain, shortness of breath, anorexia, weight loss and depression.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

VISION CARE IN SIDDHA

G. GANAPATHY, D.DEEPABAI & VINAYA

INTRODUCTION

As we all know no other organ in the body is so unique as eye and thereby vision. Vision depends on how well they are illuminated. Only when the eyes are able to accommodate the light and focus it on the healthy retina, the eyes are said to be well and good. Man is a product of nature. The speciality of mankind lies in the present of six sensus. Evolution theory of Siddhars denotes:

The 1st sense to come in to creation is realizing sensation (Unarvu)

Similarly the 2nd - Taste (Suvai)

3rd - Smell (Mugardhal)

4th - Vision (Paarvai)

5th - Hearing (Kettal)

6th - Intellect (Pagutharivu)

Until the vision is maintained one cannot enjoy the mankind to the fullest extent. This explains its significance.

Ancient wisdom in ophthalmology :

Of course nothing is mentioned there about glasses the fundamental principles of treatment are convincing and helpful some truth for the preventive and cure of eye troubles are found. These old truths survive in the form of religious practices although the scientific basis is forgotton today.

Piniyari Muraimai prevents the eyes from getting diseased.

Healthy Living and Healthy Vision

One can lower the risk of eye disease and vision loss by adopting the following rules:

- Avoid smoking
- Protect eyes from the Midday sun
- Control BP Cholesterol, Sugar
- Stay Active

Quite Smoking may reduce your risk of developing

- ❖ Age related macular degeneration
- ❖ Cataracts
- ❖ Glaucoma.

Even after adapting the above preventive measures the eyes are susceptible to diseases due to our normal physiological aging process.

Common Eye Disorders :

Age related macular degeneration, Amblyopia (dimming of vision), Blepharitis, Cataract, Conjunctivitis, Diabetic Retinopathy, Floaters (Sports, dots, or lines and affect vision), Glaucoma, Iritis, Stye, Uveitis, Myopia, Presbyopia, Dry Eyes the most common.

Herbs for Eye Health

Herbs, and phyto nutrients to help alleviate the problem of Sore, dry eyes and maintain good vision.

1. **Top 6 Vitamins** Treassures for Eye care.

Vitamin A

Orange, yellow coloured vegetables, like carrot, pumpkins, fruits like mangoes, Papaya, Oranges.

B Complex:

B5 (Pantothenic acid) imp for eye stress. B1 (Thiamin) for eye metabolism. B2 (Ribo flavin) to prevent cataracts.

Vitamin C

Indian Goose berry, Guava, Orange, Lemon, Tomato, Capsicium, Cabbage.

Green Leafy Vegetables:

Spinach, Coriander, NV: Fish, Liver, Eggs.

Minerals:

Both zinc and Vitamin A improve night vision.

Amino acids:

Glutathione protects lens of the eye from UV light.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Lutein:

Plant nutrient known as cartenoids. Found in broccote, mustard green, Spinach.

Omega 3 Fatty acids:

For dry eyes.

Bilberry:

Antho cyanosides in this are anti oxidants that help improve the flow of blood through capillaries in eyes.

When taken with Vitamin E is effective in stopping the progression of cataracts.

Grape Seed:

Strengthens the capilaris.

Eye bright:

It makes a great eye home remedy. Steep it in hot water to let the herb infuse bath. Great for sore eyes, has anti inflammatory and soothing action.

Home Remedies:

1. Splash your eyes with water.
2. Rose water eye drops
3. Castrol Oil – in to your eyes and also rub on the soles.
4. **For Blood Shot Eyes:** A cup of fresh orange juice with ½ teaspoon sugar and a pinch of cumin.
5. For healthy Eyes: Dissolve cardamom powder in milk. Boil milk and drink at night.
6. For Cataract: Equal part aniseed, Coriandar Powder, Sugar.
7. People with weak eye Sight: juices of raw parsely and carrot everyday.
8. To reduce redness of eye: Immense almonds in milk keep than over night. Morning mix with milk, sandle wood apply on eyelids.
9. Wahsing: Eyes resulting with Triphala keeps them moist and healthy.
10. Aniseed: (Pimpinelle anisum) Powder of Seeds – Cataract 1 teaspoon B.D.
11. Babul (Acacia Arabica): Babul leaves paste applied on eyes for conjanctivities.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

12. Soak cotton wool or gauze pads with cold milk (Coolness helps to narrow the blood vessels) fat in milk, soothing for dry skin.

13. Honey: Valuable remedy for non inflammatory condition to relieve disorders and strain of the eye.

14. Ocular Sun therapy : Sun - God of the eyes - Facing sun in a proper regular manner improves the vitality of it and microbes cannot usually harm the eyes.

15. **Palakanimurai:** Resembles palming (relaxation). It improves central fixation there by concentration.

Conclusion :

A true grasp of the subject makes the art of medicine easy and simple and initiates the intelligence to adopt the right course of treatment. Therefore practice of the preventive measures including Yoga is not only a laurel for vision care but also to the development of insight the spiritual internal eye.

Key words :

Macula, Blepharitis, Myopia, Presbyopia, Palakanimurai.

Ref :

1. Noi Illa Neri
2. Secrets of Indian Medicine.
3. Biochemistry for Medical Students by Ambiga Shanmugam.

Author
Prof: Dr.G.GANAPATHY, M.D (S)
Joint Director (Retd.) DIM & H
Chennai – 600 106.
Co-Worker:
D. DEEPA BAI & VINAYA

✻ ✻ ✻

GERIATRIC DENTISTRY

Dentistry For Senior Citizens

Dear friends,

I am sure you all know what is Geriatric Dentistry, dentistry, for senior citizens, also known as silvers.., many senior citizens were your patients. But you never had opportunity to practice this branch of dentistry; Advanced treatments like Aesthetic Dentistry, Implantology and application of Lasers have overshadowed this branch of dental science. Through this presentation I intend to emphasize the importance of senior citizen's dental health to the dental surgeons of our country.

Senior Citizen Population

Projected figure for	1901	12 millions	5.1 % of total population
Projected figure for	1947	19 millions	
Projected figure for	1991	54.7 millions 8 % of total population	
Projected figure for	2004	76 millions	
Projected figure for	2005	80 millions	
Projected figure for	2025	177 millions	
Projected figure for	2050	21% 0f total population	

I.e. After almost every four young citizens, there will be one senior citizen. Today, I am not sure; I may be the only senior citizen in this hall. But tomorrow, you are all going to become senior citizens.

Today's senior citizens

Also, to day's Indian senior citizens are different than their predecessors They have to be more active if they have to live to day with dignity and respect. It is our duty to maintain their teeth as functional and presentable as possible so that, they can move in the society decently.

Geriatric Dentistry in Western Countries

There has been a remarkable awareness about Geriatric dentistry in western countries. There are postgraduate courses conducted by some universities. Many hospitals have special geriatric wings attached to them. Geriatric studies conducted in western countries are based on the dental health of their senior citizens. It can not be accepted totally as there is considerable difference between the senior citizens of western countries and senior citizens of India. We have to find out what is best suited to Geriatric population of India.

Object of this presentation is to suggest you how to face this increasing demand of

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Object of this presentation is to suggest you how to face this increasing demand of dental treatment to Senior citizens population. Also we will consider how dental and medical professions can work to gather for the betterment of senor citizens. It is Commonly noticed that as a person grows old, certain changes are seen in his body as well as his mind set up.

1. ***Loss of Hair***
2. ***Wrinkles***
3. ***Cataract***
4. ***Diabetes***
5. ***Prostate Enlargement***
6. ***Loss of memory***

The Geriatric changes mentioned above, carry considerable importance as some of them are quite debilitating while some are life threatening also. Senior Citizens are anxious to get them attended. Probably that is why Geriatric studies are not neglected by other branches of medicines.

Changes in Teeth and Oral cavity.

Similar changes are noticed in teeth and rest part of oral cavity. In my practice of 48years I had good opportunity to study these changes very closely. I have seen families growing old. Patients who visited me with their deciduous dentition, continued to visit when they were in their teens, middle age, and in their old age too.

I studied OPGs of senior citizens. I observed if there were any osteoporotic changes. There was not marked osteoporosis but resorption of alveolar ridge as a result of loss of teeth was noted. Here are some of the changes that I have observed clinically .

- Tooth decay
- Inflammation of gums
- Wearing of teeth
- Discoloration of teeth
- Dryness of mouth
- Altered Taste

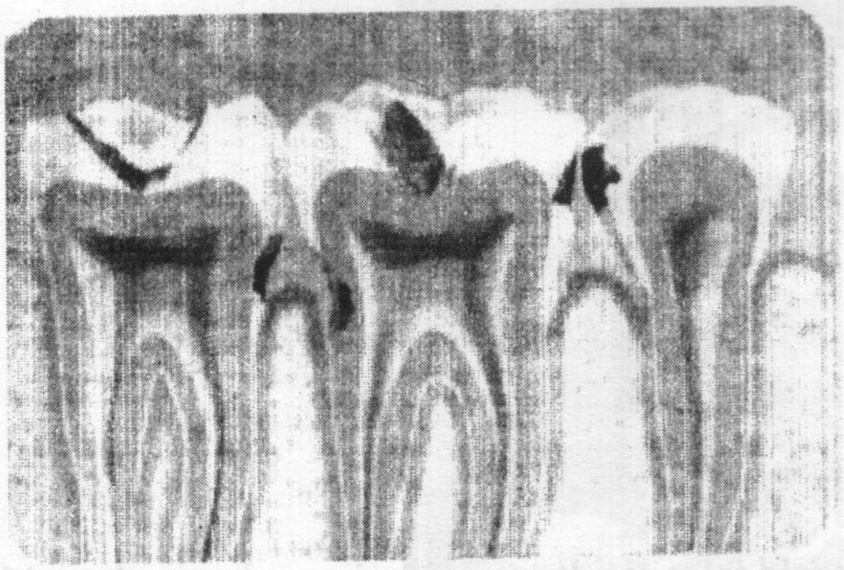
During my Geriatric studies, Intra Oral X Rays and ground sections of extracted teeth of over 50 citizens were obtained. They were compared with those of normal teeth of young persons. These X-rays and Ground sections will show the changes between young man's tooth

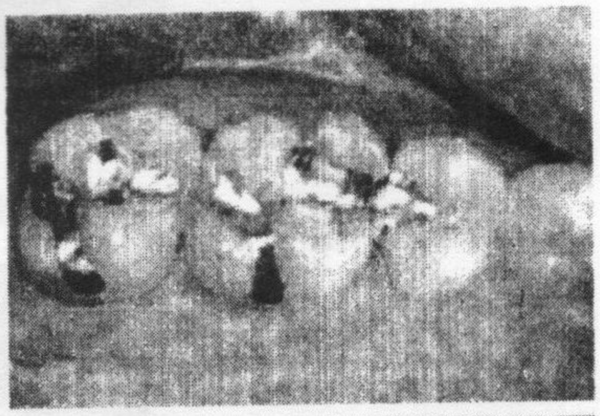
AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

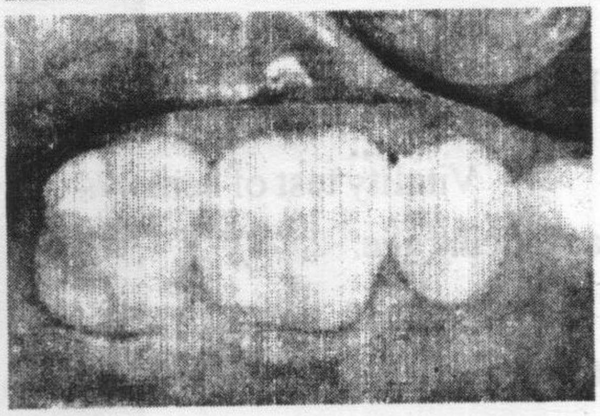
structure and that of elderly man's Geriatric changes in teeth and oral cavity are not debilitating or life threatening like changes in the body. Our main intention of treating Geriatric cases. is improving functional and cosmetic value of teeth. I will mention some very common treatments in day to day practice which can be modified.

Deep cavity

A young person when approaches you with deep cavity, you suggest him Endodontic treatment without any hesitation. You are right, as the moment you excavate soft dentine you land in pulp chamber. In case of elderly, same may not be the case. You look for secondary dentine and other natural protective measures before suggesting Root canal therapy.

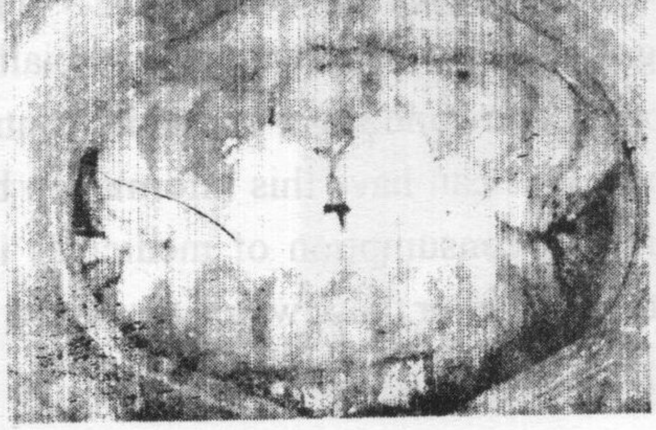


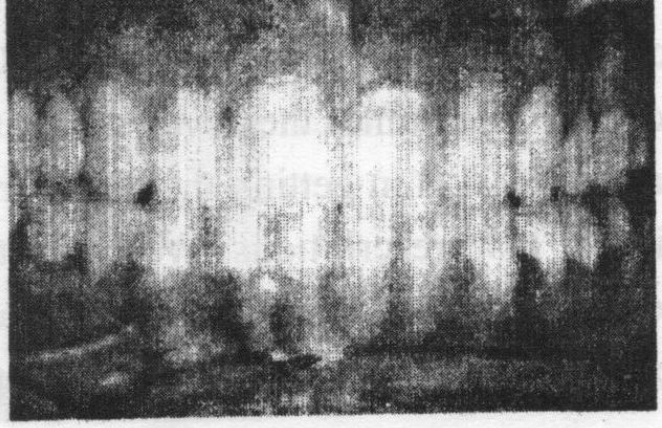




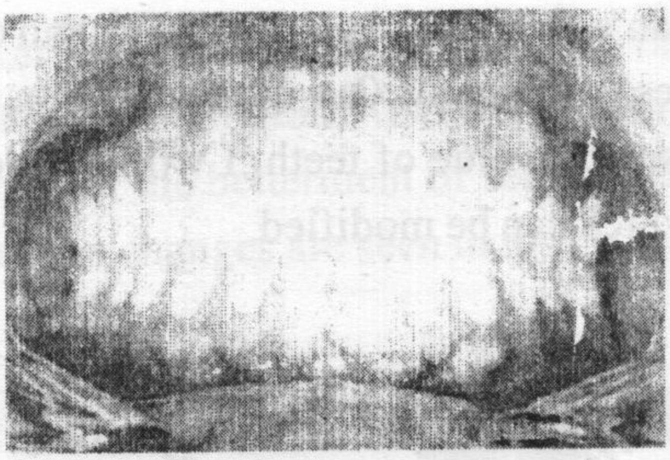
Gingival inflammation

In young persons, inflammatory conditions of gums are best treated with a thorough prophylaxis. In case they don't respond, they are asked to get O.P.G. and advised further treatment such as sub gingival curettage or flap operation etc. An elderly patient, who is not responding to prophylaxis, should be examined for his general health before advising OPG. Also the medicines that he is taking must be taken into account. May be you clinch the diagnosis there itself.

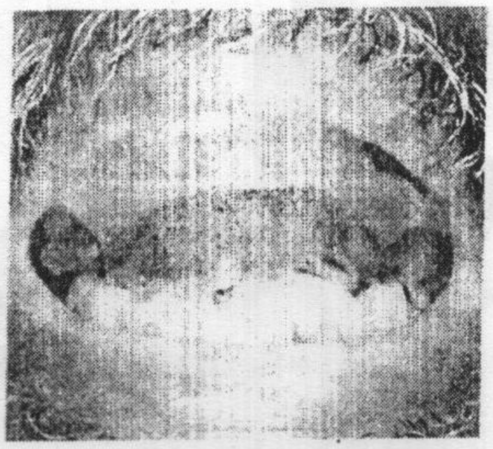




AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



It's very common in elderly person. Many a time's cause is patient's general health or medicines that he takes. Dry mouth is the cause of gingival ulcerations, caries, and is responsible for denture instability as thin saliva which is essential for denture retention is absent.



Pulp Vitality.

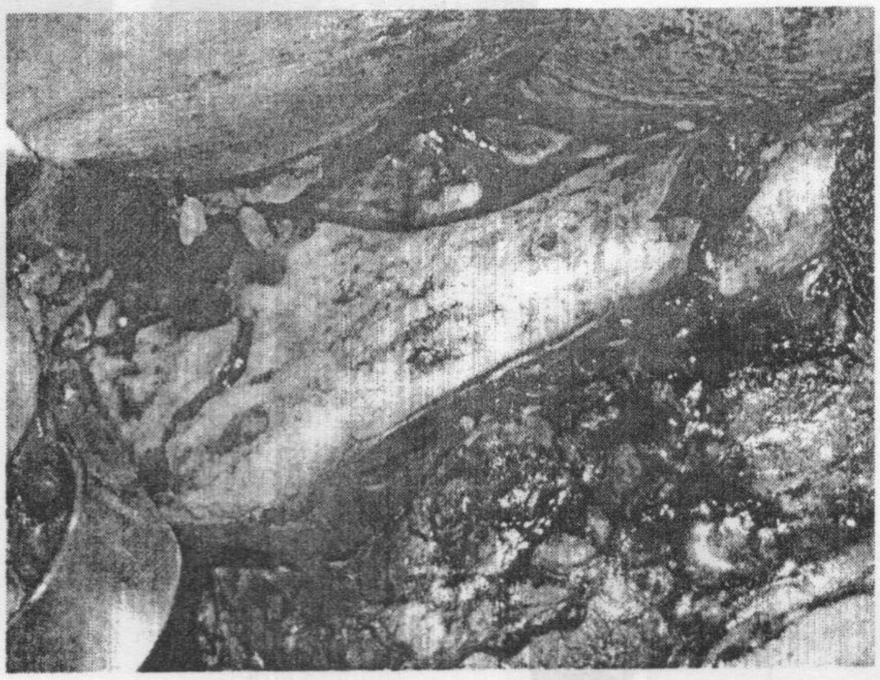
Vitality test of senior's citizen's teeth may yield false results, considering pulp recedes with advancing age.

General Health and Medicines

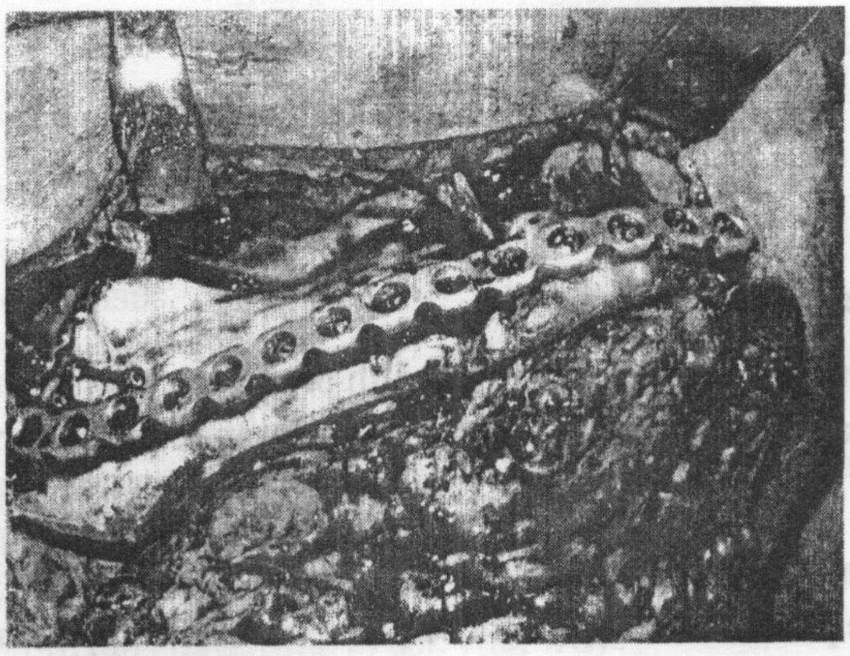
Now a day's consultants prescribe multiple drugs for complex health problems. For patients it becomes a big menu on their breakfast. Certain drugs may show side reactions, especially in the oral cavity. Often times they even say that, their blood pressure and sugar are under control. His primary interest is in getting the dental treatment done. One can have this information by even looking at his prescriptions. We know that in India this consumption of medicines is more concerning, as most of the drugs are available across the counter or those which are issued against prescription, the chemist often overlooks the date of prescriptions.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

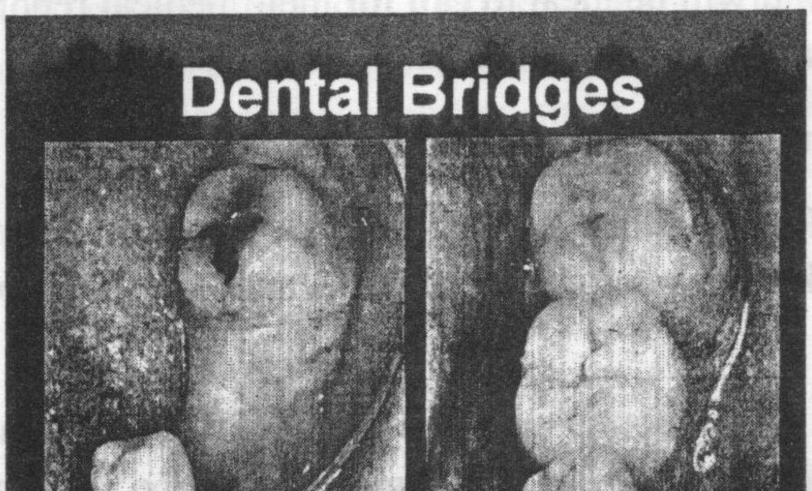
Geriatric Treatments for senior citizens



Mulitple Fracture in Mandible

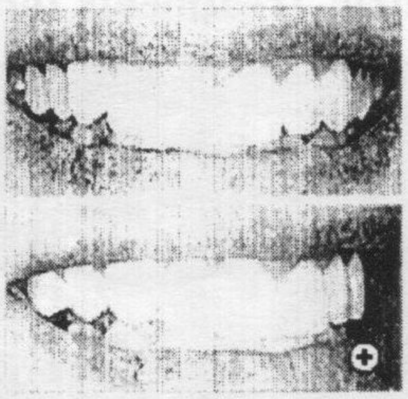


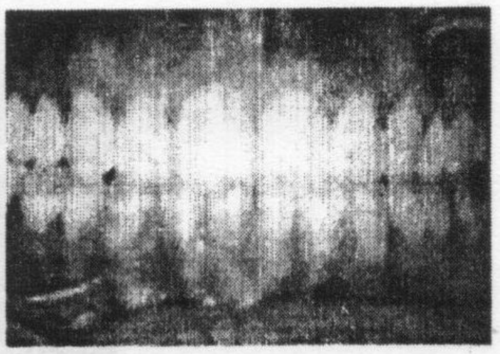
Mulitple Fracture reduced by Bone Plating



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Crown and Bridge
Over Dentures
High Viscosity Glass ionomers





Implants

Compromised Dental Treatments

For the senior citizens who are having health problems, compromised treatments must be planned to obtain, total relief from pain, facilitating speech and improving the uptake of nourishment.

Appointment schedule must be strictly followed. Maximum work in one visit which patient can easily stand must be planed so as to avoid frequent visits. No appointment should be cancelled with out previous information to the senior citizen patient.

Sr. Citizens must not be pressurized to remember their history. It is likely to create confusion in their minds. It will be ideal to call for their medical report file and make necessary notes before the treatment starts

Diabetic patients must not be starved for long ours

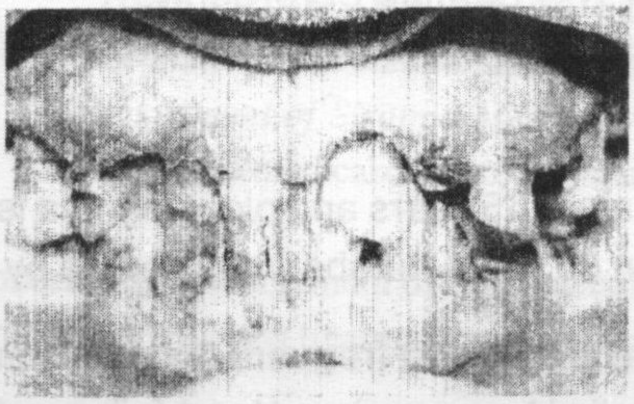
In patients with Parkinsonism, as the patients reflexes are slowed down. Care must be taken of small objects like inlays, crowns or small dentures which should not slip in the mouth. They me be swallowed.

I would suggest fixing some specified period for the treatment of Geriatric patients, depending upon the amount of work one has. During this period change the gears of your earning pattern. You are doing service to the senior citizens who are like your parents, you are not doing charity.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Oral Hygiene

Oral Hygiene must be of good slandered. That will avoid unnecessary dental treatments.



Electrically operated Brushes, Water Piks

For those who are physically handicapped, should be advised to use electrically operated brushes and water Piks

Mobile Dental Vans

It will be blessing to dental patients who are bedridden. Mobile van is a costly affair, to be managed by a single Dental surgeon. It will be ideal if an association can contribute and maintain it on no loss and on no profit bases.

Legal Aspects

Legally speaking, if a treatment is conducted, but was not therapeutically indicated, this will constitutes an assault. If a Root canal treatment is carried out on tooth with calcified canals and with per apical infection, or Periodontal treatment is carried out in cases without any bone loss or gingival pockets, senior citizens have time to ask you, why?

Suggestion

A suggestion before I come to the end of this presentation. Friends, we have made phenomenal progress on all fronts of dental science. Prosthetics, Endodontia, periodontia, all branches of dentistry. But Geriatric Dentistry is in very primitive stage. Why neglect our seniors, whom we owe so much. I would suggest 'that it will be easy to collect data of senior citizens of India and modify the treatment procedures best suited to them We can bring Geriatric Dentistry in India on par with international

By

Dr.P.Jayavelu, M.D.S

pdrjayavelumds@yahoo.co.in,

Chennai-19

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

CARDIO VASCULAR SYTEM & GERIATRIC POPULATION

Prof S Thanikachalam, MD, DM
Chairman & Director
Cardiac Care Centre
Sri Ramachandra University, Porur, Chennai

The number of people aged 65 years and older in India is projected to increase by 10 to 15 % in 2050 and older than 80 years number may double by 2050.

Cardiovascular disease is the most frequent diagnosis and leading cause of death in both Men and Women . Systolic Hypertension, Heart failure with preserved left ventricular function diffuse coronary artery disease, myocardial infraction and atrial and ventricular arrhythmia, cardiac valve sclerosis and consequent haemodynamic disturbances are the main concern in Geriatric practice.

Most importantly at older age other co-morbid conditions adversely affect quality of life and morbidity (ie) Osteo Arthristis, diabetes, ear, nose and throat problems, judgement power and Alzheimer's disease.

Hallmark of Cardio vascular ageing include progressive increase in systolic blood pressure, Pulse pressure, Pulse wave velocity, left ventricular mass, symptoms of coronary artery disease, symptoms of heart failure, decreased exercise capacity, and heart rate variability.

Arterial Vessel wall changes :

Cellular enzymatic and molecular alteration in the arterial vessel wall, loss of elastic fibres increase in fibronectin and progressive calcification occur, leading to vessel dilatation and increasing stiffness and augmentation index.

Myocardial changes :

Changes in extra vascular matrix occurs with increase in collagen and decrease in elastin content and increase in fibronectin. There is increased production of extra cellular matrix conduction system changes in the structure of sino atrial node, av node an bundle branches leading to sick sinus syndrome, av block and bundle branch block.

Changes in the valves and fibrous skeleton :

Increasing stiffness of valve leaflets occur which results in valve resistance outflow obstruction at left atrial outlet and left ventricular outlet with or without regurgitation imposing additional burden to the heart function.

* * *

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

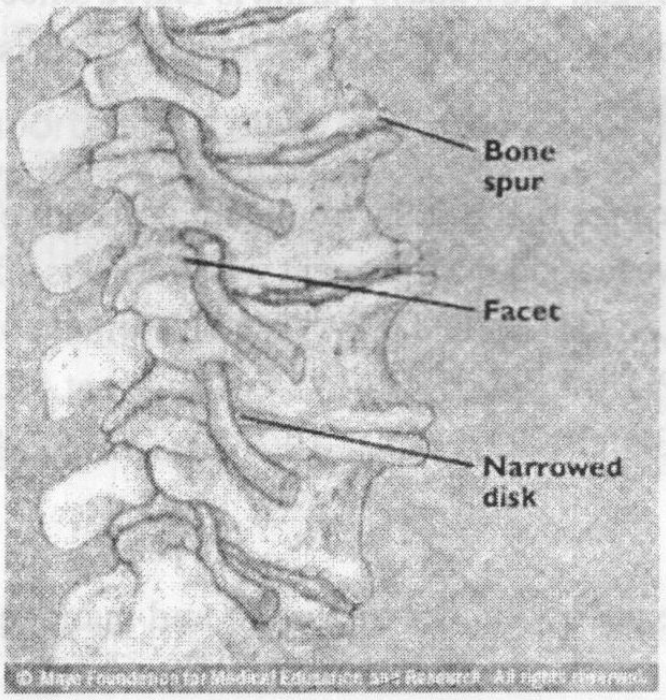
CERVICAL SPONDYLOSIS :

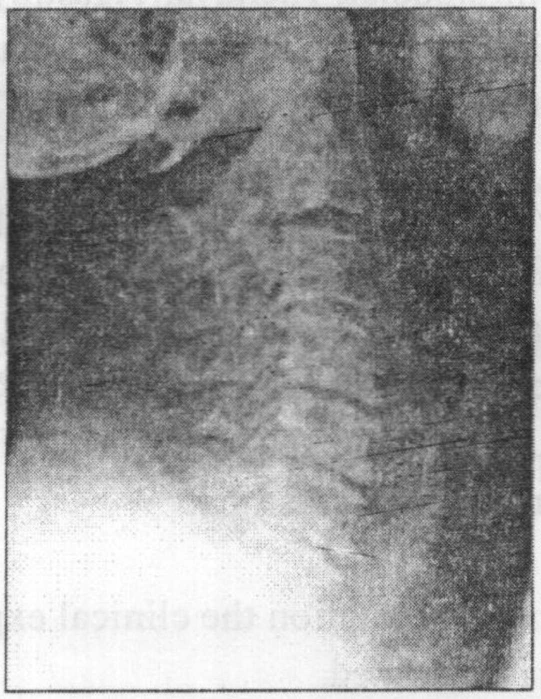
Cervical spondylosis is a degenerative disorder involving the discs, cervical spine and joints of cervical region. Beginning in intervertebral discs, they affect the posterior IV joints, secondarily causing pain and stiffness of the neck, with referred symptoms in an upper limb.

CAUSES :

The condition is simply a manifestations of normal wear and tear.

MECHANISM OF DEGENERATIONS :





- Narrowing of intervertebral disc space.
- Osteophytic spur formation
- Partial subluxation of vertebrae
- Hypertrophy of dorsal spinal ligment and dorsolateral facet articulations.

The commonest intervertebral joint to undergo degeneration is between C5-C6, since it involves in maximum movement.

Osteophytes commonly encroach upon the intervertebral formina, reducing the space for transmission of the cervical nerves.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

CLINICAL FEATURES :

Neck symptoms consist chiefly of aching pain in the back of the neck or in trapezius area, a feeling of stiffness and grating on movement.

In the upper limb, the feature of nerve root irritation is radiating pain along the course of the affected nerves. Often reaching digits. There may also be parasthesiae in the hand, in the form of tingling or pins and needles pricking sensation.

TREATMENT:

Patients were divided into four groups each of twenty patients,

Group I: Received only oral medication

Group II: Received oral medication with thokkanam

Group III: Given varma therapy alone

Group IV: Given varma therapy with oral medication

- Internally:
- Ammukkara choornam one gram thrice a day with milk/ honey after food
  Ref: Siddha Vaithiya thirattu- pg 213
- Maha vallathi legium five grams twice a day after food
  Ref:Gunapaadam mooligai- pg 490
- Externally :
- Sivappu kukkil thylam for thokkanam Ref: Gunapaadam Jeeva vaguppu- pg 747
- Stimulation of Varma points

Internal medicines were given for one mandalam(48 days)

Thokkanam therapy once a day for one mandalam(Only soft massage should be applied over the regions of spine)

Varmam therapy was given twice in a week for one mandalam.

The choornam of withania somnifera having anti-inflammatory and analgesic action.which controls pain and inflammation of cervical spondylosis,also the Maha vallathi legium,which contains higher level of Serankottai(Semicarpus anacardium) is very effetive for all types of joint diseases,especially for cervical spondylosis.

Sivappu kukil thylam which contains higher level of kungilium. Kungilium has anti-inflamatory action and also an analgesic which reduce pain and swelling, when applied massage for all types joint disorders.

Varma the term denotes the energy reservoirs of the body and places where they are located are called as VARMA POINTS.

The varma points are the places in the body where there is a muscle, artery and a nerve running in unison.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Vital points existing in all animals, are associated with initical junction of nerves, blood vessels, lymphs, ligaments, tendons, muscles bone marrow, bones, joints etc.,

Gentle pressure & manipulation of vital junctions produce effects that can be used in the treatment of diseases.

Varma treatment consisted of 1/4 to 3/4 unit pressure using thumb & fingers, thrice at every point for 2 to 3 seconds.

Nowadays degenerative disorders are more common. It affects not only the elders be also the younger generation due to their nature of work. Even school children have such problems due to the strain caused by prolonged lifting of weight like bags at their back.

According to Siddhars the disease was caused as ;

IMBALANCE OF PRANAN

(ACCUMULATION / ENERGY DEPRIVATION)

IMBALANCE OF DHASA NAADI

DIS ARRANGEMENT OF THREE DOSHAS

DISEASE

VARMA TREATMENT :

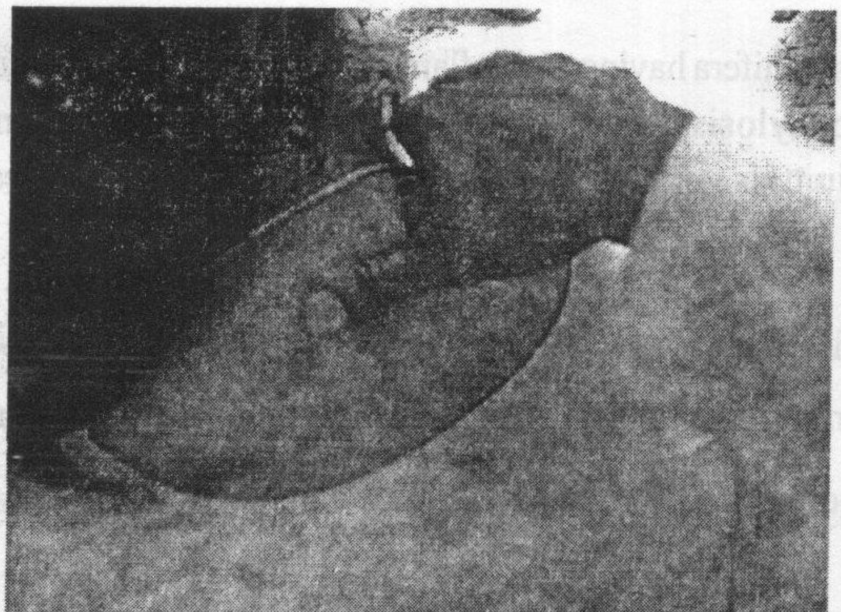
I. PRIMARY (VITAL) POINTS :

1. *MUDICHU VARMAM* :

"துடரான கழுட்தடியில் புஜம் நேராக தொடுட்த

சரமுடிச் சொன்றின் நிலையைப் பாரே"

It lies just below cervical prominence (C7) i.e. between C7 & T1 vertbrae .



2. *KAKKATTAI KAALAM* :

"காக்கட்டைக் காலமதாய்ப் புஜப்பொய்கையில்

வர்ம சூட்சம் [1314]

It lies in the middle of the sub clavicular notch.

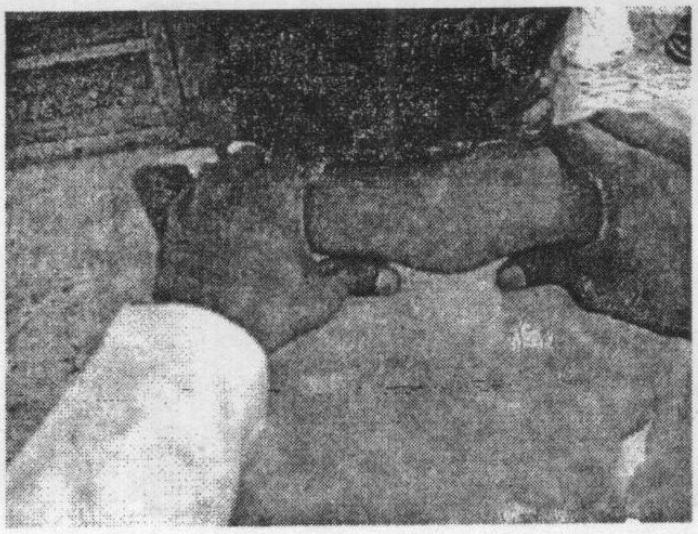
The nerves that were exacted to be present at this point were,

Suprascapular Nerve

Long thoracic Nerve

Dorsal scapular Nerve

Nerve to scalenus longus.



3. *MANIBANTHA VARMAM* :

"மணி பந்த கண்ணேரிக்குள்"

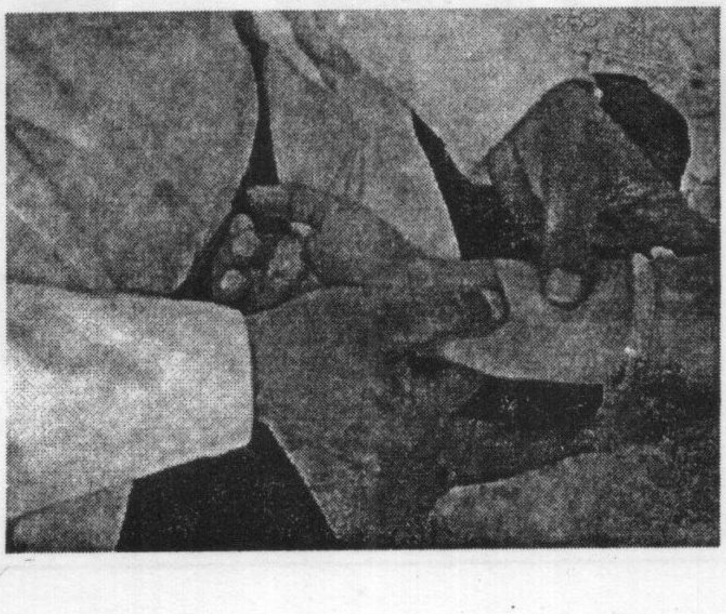
— சூடாமணி [801]

It lies little lateral to palmaris longus tendon at the flexor aspect of wrist.

Structures lying beneath ;

1. Median Nerve

2. Anastomotic branch of radial & ulnar artery.



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

II. SECONDARY VARMA POINTS :

1. VILANGU VARMAM :

"விரிட்திடுவோம் கழுட்துதனில் காரை எல்லில்
வேந்தனே விலங்குவர்மம்"

— சர சூட்திரம்.

It lies in the depression just below the junction of medial 2/3 and lateral 1/3rd of clavicle.

Structures lying beneath.

1.Lateral cord of Brachial plexus medial cord of brachial plexus.

2.Axillary artery, lateral thoracic artery.

2. CHAVVU VARMAM :

"தோள்புஜ மகுடட்தின் தாழ்வாக
வாய்மைபெறும் பொய்கையதின் பக்கமாக இருப்பதிது"

— வர்ம சூட்சம்.

It lies in the inner aspect of the medial border of the deltoid.

Structures lying beneath.

Ulnar Nerve

Lateral group of axillary nodes.

Brachial artery.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

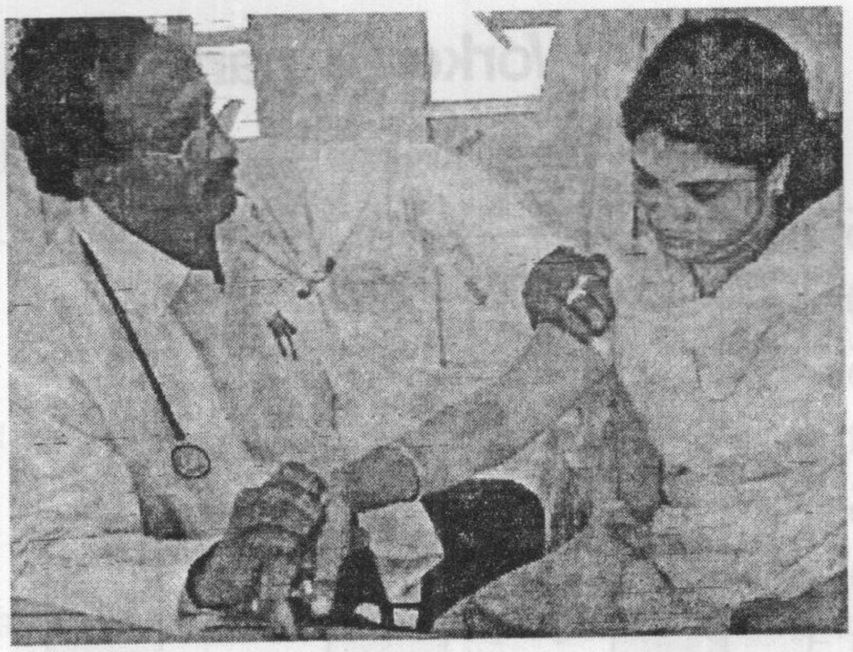
3. KAULi VARMAM :

"பேர்பெரிய பெருவிரலுக்குகிடயில் கடப்பில் பெரிதான தகவுளி"

– கை மாட்திரை [72]

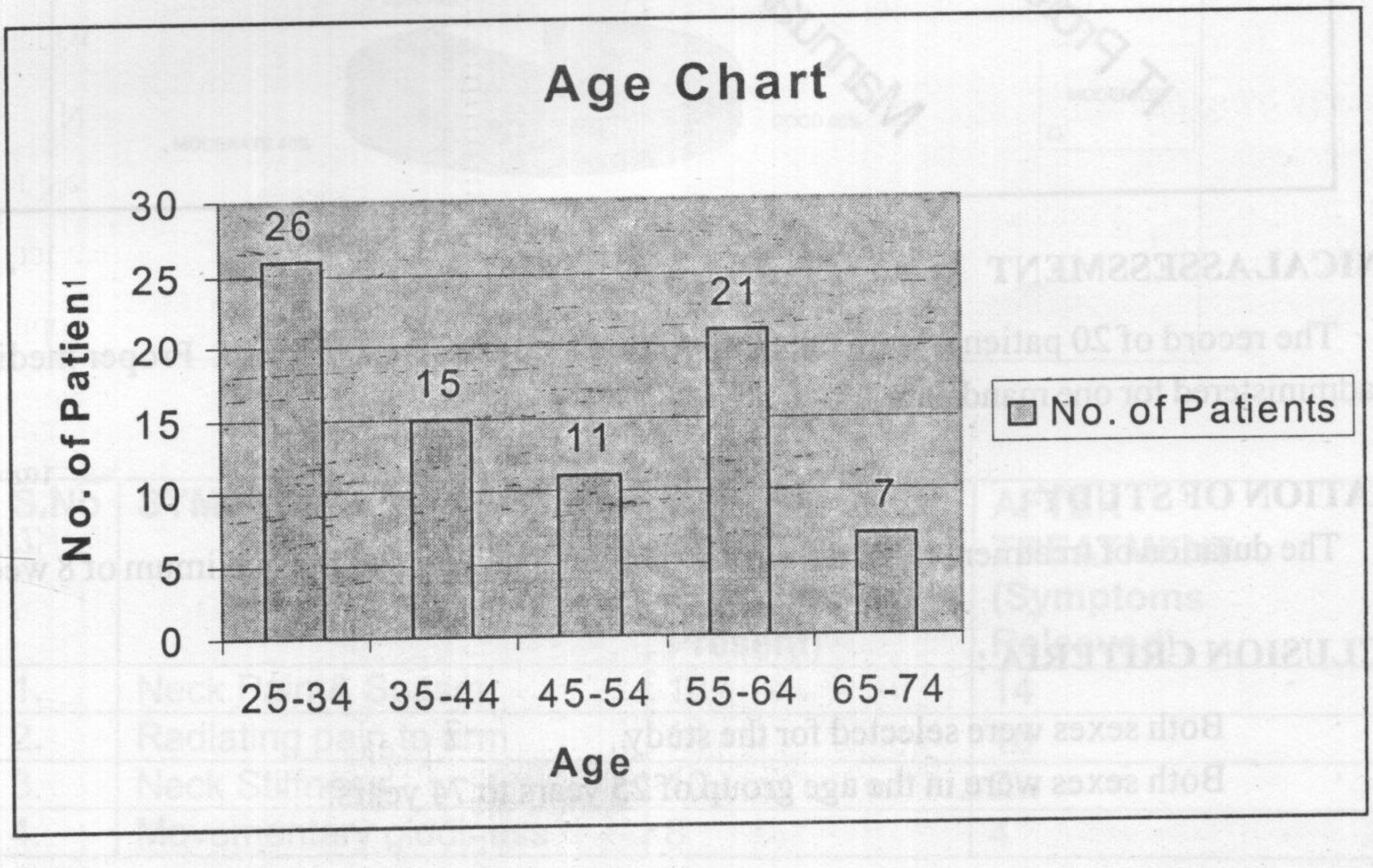
It lies little below and medial to extensor policis longus tendon.

The primary points are given pressure to all the cases, while the secondary points are given according the clinical symptoms presented by the patients.

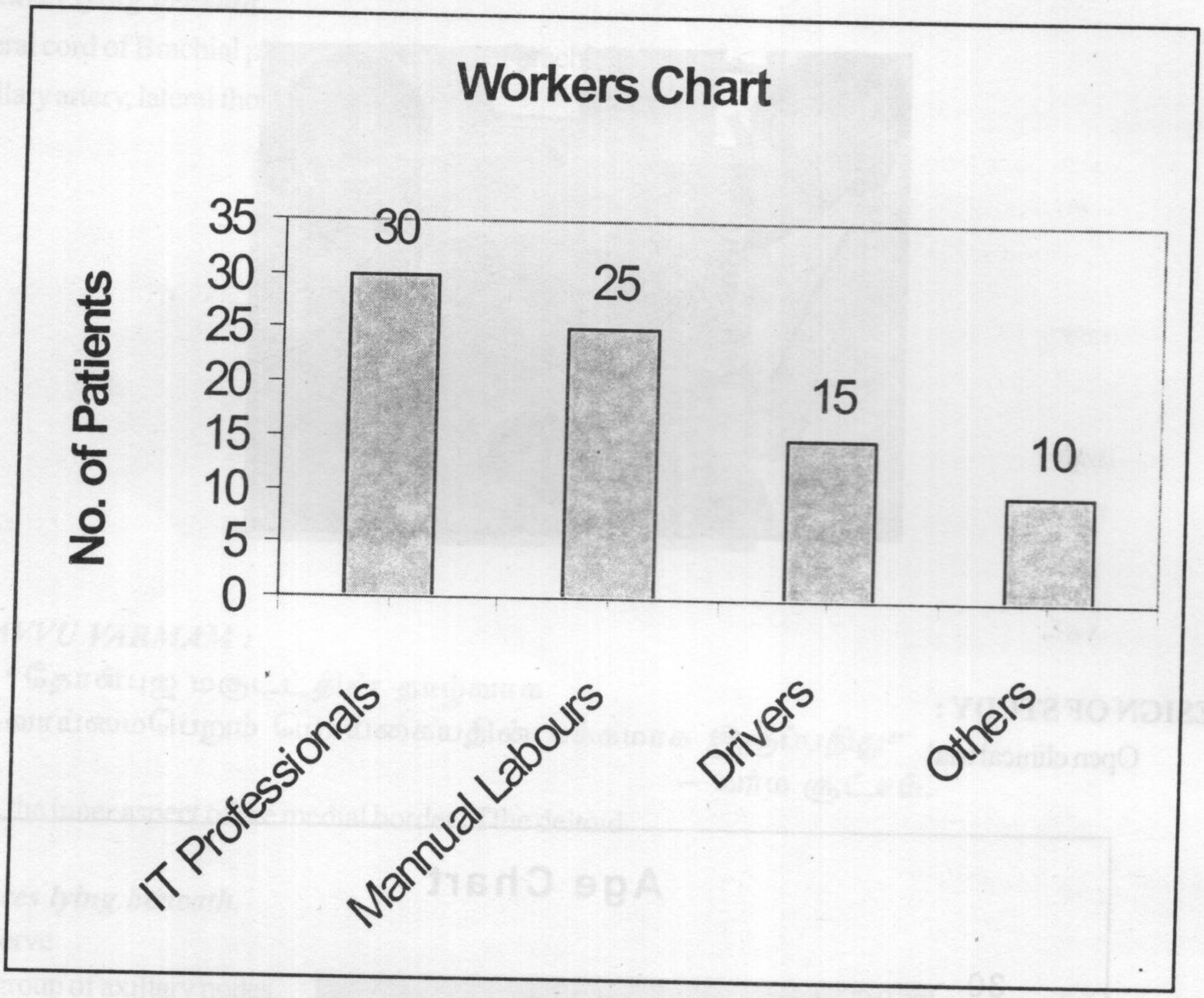


DESIGN OF STUDY :

Open clinical trial



AGE GROUP	FEMALE	MALE
25-34	15	11
35-44	10	5
45-54	7	4
55-64	12	9
65-74	4	3



CLINICAL ASSESSMENT

The record of 20 patients were taken up for the analysis in each group. Proper medication had been administered for one mandalam.

DURATION OF STUDY :

The duration of treatment ranged from a minimum of 2 weeks to the maximum of 8 weeks.

INCLUSION CRITERIA :

- Both sexes were selected for the study.
- Both sexes were in the age group of 25 years to 74 years.

EXCLUSION CRITERIA :

- Age below 25years and above 74 years.
- Patients with associated problems like cardiac disorders, Diabetes mellitus(Madhu maegam) & neurological disorders were excluded.

CRITERIA FOR WITHDRAWAL :

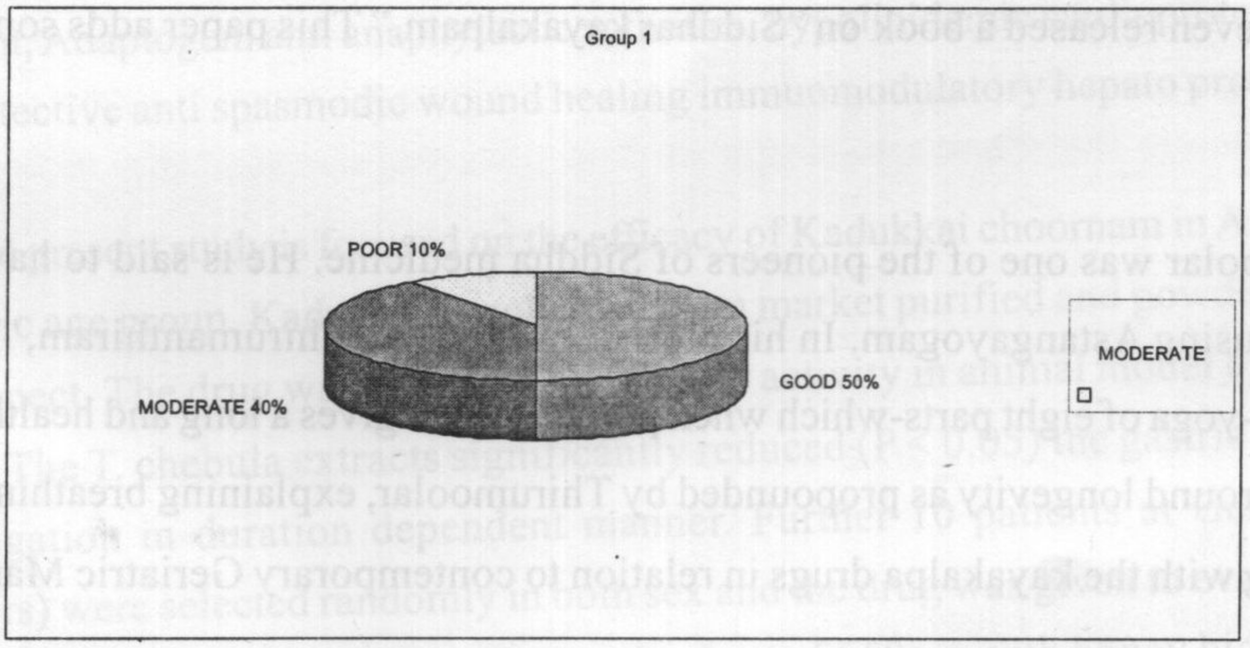
During the course of treatment if the patient required emergency treatment Such subject was withdrawn from the trial.

MANAGEMENT:

- Not to bear weight
- Avoid jerking
- Avoid pillow
- Avoid prolonged watching television, computer work, reading books and writing works
- Horizontal bed
- Avoid gastric and cooling agents

DISCUSSION :

The patients were checked once a week and their progress is monitored. At the end of treatment the results were analysed with reference to level of relief from various disease symptoms.



S.No	SYMPTOMS	BEFORE TREATMENT (Symptoms Present)	AFTER TREATMENT (Symptoms Releaved)
1.	Neck Pain & Spasm	18	14
2.	Radiating pain to arm	14	10
3.	Neck Stiffness	10	7
4.	Movementary giddiness	8	4

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

GERIATRIC PRINCIPLES IN SIDDHA MEDICINE

N. Venkatappan* & K. Malliga*

Geriatrics is a relatively new branch in Modern Medicine. It is just about a century old. However, there are many references about rejuvenation and longevity in Indian systems of Medicine. In Siddha and Ayurveda, there are many prophylactic and therapeutic methods, which have been spelt for age related disorders.

The Siddha Medicine is a traditional Indian System of Medicine pioneered by Tamil sages called "the Siddhars". In Geriatrics they have explained a group of drugs 'Kalpa drugs' or 'Kayakalpa drugs'. These are further divided into general kalpa drugs and special kalpa drugs. General kalpa drugs prevent diseases and increase longevity. Special kalpa drugs are used for *treatment* of diseases of the old age such as Hypertension. Parkinsonism etc. *and* increase longevity. Many Siddhars have explained about kayakalpa drugs. The central Research Institute for Siddha has even released a book on "Siddhar kayakalpam." This paper adds some points in this regard.

Thirumoolar was one of the pioneers of Siddha medicine. He is said to have lived for 3000 years by using Astangayogam. In his monumental work 'Thirumanthiram,' he explains Astangayogam-yoga of eight parts-which when properly done gives a long and healthy life. This paper centers around longevity as propounded by Thirumoolar, explaining breathing and other exercises along with the kayakalpa drugs in relation to contemporary Geriatric Management.

*** Asst. Lecturers, Govt. Siddha Medical College, Palayamkottai. Tamilnadu - 627002**

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

KADUKKAI A CLINICAL STUDY ON ACID PEPTIC DISEASE IN GERIATRICS

Authors :

Dr. N. Eswari M.D. final Year

Gunapadam Branch,

Govt. Siddha Medical College,

Arumbakkam, Chennai.

Kadukkai (Terminalia Chebula) belonging to combretaceae family is found through out deciduous forests of Indian subcontinent on dry slopes upto 900mts elevation. It is called the 'King of Medicines". According to Siddha texts this drug possess all tastes except salt. It is considered one step higher than a caring mother. It is also one of the sirappu Karpams mentioned in curing ailments and also prevents ageing process. T Chebula is rich in tannins. The chief constituents of tannins are chebulic acid chebulagic acid, succinic acid, beta sitastirol resin and purgative Principle of anthroquinone and sennoside nature is also present. The Pharmacological activities of the drug include antifungal, antiviral, anti carcinogenic, antioxidant, Adaptogeni anti anaphylactic activities, hypolipidemic cardioprotective antidiabetic retino protective anti spasmodic wound healing immuomodulatory hepato protective activities.

The present study is focused on the efficacy of Kadukkai choornam in Acid peptic discase in Geriatric age group. Kadukkai is collected from market purified and powdered, according to Siddha aspect. The drug was studied for anti ulcer activity in animal model by pyloric ligation methods. The T. chebula extracts significantly reduced ($P < 0.05$) the gastric ulceration due to pyloris ligation in duration dependent manner. Further 10 patients at Geriatric age group (60 – 70yrs) were selected randomly in both sex and the drug was given to evaluate the efficacy in humans. The drug was administrated at the dose of 650mg with honey bid after food. For 8 weeks. The drug showed good results in 80% of patients which is statistically significant.

Key words : Kadukkai, Acid peptic disease, pyloric ligation.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

CURCULIGO ORCHIOIDES AND HEALTH CARE OF ELDERLY FEMALES

Dr.S. SUDHA REVATHY *
Dr. ALLIMUTHU **

After menopause, women are at increasing risk for several conditions associated with ageing that may or may not be related to declining harmone levels. Caring for women seeking advice and treatment for menopausal concerns presents a golden opportunity to not only identify individuals at risk for early intervention but also to address prevention and screening strategies important to sustaining health. One of the common ailments faced by women population in the senile age as a consequence of post menopausal phase is Osteoporosis. There is no doubt that Osteoporosis is a syndrome that can be characterized as 'silent'. The long period of bone loss is characteristically asymptomatic until the first clinical fracture occurs.

Osteoporosis is a disease of bone that leads to an increased risk of fracture. In Osteoporosis the bone mineral density (BMD) is reduced, bone microarchitecture is disrupted and the amount and variety of non collagenous proteins in bone is altered. Osteoporosis itself has no specific symptoms, its main consequence is the increased risk of bone fractures. Osteoporotic fractures are those that occur in situations where healthy people would not normally break a bone, they are therefore regarded as fragility fractures. Typical fragility fractures occur in the vertebral column rib, hip and wrist. The present study is focussed on the exploration of herbal remedies that can be taken during the menopausal age so that post menopausal osteoporosis can be prevented.

Natural medicines derived from plants have aroused increasing interest in the prevention and treatment of Osteoporosis. This is due to their unique characteristics as these are more suitable for long term use, compared with synthesized chemicals and have apparently fewer adverse effects.

Curculigo orchioides, Gaertn of Amaryllidaceae family is a herbaceous tuberous geophilous perennial with root stock bearing several fleshy lateral roots (rhizomes). It is widely distributed in India. In Siddha system of medicine it is called as Nilapanai and referred as a good tonic, astringent, emollient, carminative and diuretic. It is indicated for diabetes, leucorrhoea, eye disorders, skin ailments and as an aphrodisiac.

Dr. ALLIMUTHU,
Dr. S. SUDHA REVATHY

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

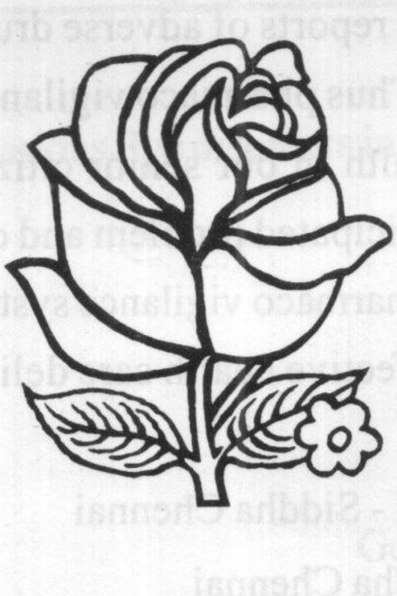
A PRELIMINARY STUDY OF NEERKURI, NEIKURI IN THE KEELVAYU - GERIATRIC PATIENTS.

Dr.A.Vasuki Devi, BA, MD(S), P.G.Dp. in MSS.,
Asst. Lecturer (Special Grade),
Post Graduate Dept- NOI NAADAL,
Govt. Siddha Medical College,
Thirunelveli.

Education of the history, clinical symptoms and utilization of diagnostic tools are essential in the proper diagnosis of any specific disease

Hence an attempt was made to utilize the Neerkuri, Neikuri as a diagnostic tool in the Keelvayu geriatric patients. A drop of gingely oil was gently added in the urine of the Keelvayu patients.

The mode of spread of the oil and the shape were absorbed and categorized in correlation with valli, azhal and iyam.



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

IMPORTANCE OF PHARMACO - VIGILANCE IN GERIATRIC HEALTH CARE

Saroja .P.R. Elankani .P Selvarajan .S Anandan .T Ganapathiraman .K

The term Geriatrics, denotes the diseases in elderly. Geriatric care promotes longevity and influences all aspects of health in a positive way. Pharmaco-vigilance is a branch in medical science which deals with assessment and prevention of adverse effect of drugs, drug related problems and biological problem. In addition to that, adverfse interactions of medicines with food. No doubt, in our traditional system of medicine, Siddhars were very cautious about Pharmaco vigilance. Geriatrics care and safety was in their mind and it is clear in siddha literature that some of the drugs and food should not be administered to geriatric population, taking into account of their biological condition. Some time minor dosage may also become risky to Senior citizens.

In General, elderly persons are susceptible to chronic stress, poor diet, lack of sleep and imbalance of mukkutram. So the awareness of pharmaco vigilance should be promoted among medicos as well as to the public to diagnose properly in identification between an ***ADR*** and a disease pattern.

Hence, it is very clear that implementation of pharmaco vigilance is the need of this hour. Implementation will be more effective when we develop a system of information exchange involving drug usage with reporting / ***ADR*** / ***SUSAR*** among all. Health professionals who should voluntarily submit case reports of adverse drug events. Quality control should be emphasised to the manufacturers. Thus pharmaco vigilance has to be managed in a pluralistic way in order to develop better health in our senior citizens. Pharmaco vigilance can be a prophylactic measure to prevent anticipated problem and complications. Effective implementation and strict monitering of this Pharmaco vigilance system will ensure the quality and safety of siddha medicines and also the effective health care delivery system to the aged population.

1, 2, 3. Research Officer CRI - Siddha Chennai

4. ASST. Director CRI - Siddha Chennai

5. Director CRI - Siddha Chennai

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ROLE OF SIDDHA MEDICINE IN GERIATRIC EYEDISEASES

T. Uma

As age increases vision diminishes. At the age of 35, many persons develop near vision difficulty called presbhyobia. (Velleluthu).

After the 57 vision is gradually diminished and then complete vision loss occur at the age of 100. (Glaucoma and cataract)

This figure shows Leech Therapy for glaucoma.

In this Paper Treatments for various Eye disorders in Siddha is quoted down.

T. Uma, Final B.S.M.S.
Government Siddha Madical College
Palayamkottai.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

A COMPARITIVE STUDY ON HYPOGLYCEMIC ACTIVITY OF TRIPALA CHURNAM AND AAVARAI KUDINEER IN ALLOXAN INDUCED DIABETIC RATS.

Elango V [1], Jeya venkatesh J [2], Palanichamy S [3], Venkata Rathina Kumar T [4], Uma maheswari K [5], Chiristina A.J.M [6] and Chidambaranathan N [7]

Recent advances in modern medicine for diabetes include insulin and various oral antidiabetic agents such as sulfonylurea, biguanides, glucosidase inhibitors, glinides which are used as monotherapy or in combination to achieve better glycemic regulation. Many of these oral antidiabetic agents have a number of serious adverse affects and make renal impairments or severe hypoglycemia. Thus, the management of diabetes without any side effects is still a challenge and the research for newer innovation has more scope.

The present study aimed at investigating the effect of aqueous extracts of Tripala churnam and Aavarai kudineer expressed in Gunapaadam – Siddha Materia Medica on blood glucose levels in normoglycemic transient hyperglycemic and alloxan induced diabetic rats. This would help to know and compare the usage of the mentioned drugs and also that provides a better antidiabetic activity and synergetic action at pharmacological doses.

Animals were allowed to fast 18h and were injected with alloxan monohydrate dissolved in sterile normal saline (NS) at a dose of 150mg/kg body weight, intraperitoneally. After 2 week, diabetic rats (250 - 300mg/dl) were used for the experiment.

In Sub-acute treatment the administration of extract/drug was continued for 10 days, once daily. Blood samples were collected from the tip of the tail just prior to end on days 1/3/7 & 10 of the extract / drug administration. The blood glucose levels were determined for all the samples by using acutrend kit (Glucose Strip)

All values were expressed as mean ± SEM. The differences were compared using one way analysis of variance (ANOVA) followed by Newman Kevl's Multiple range test. p values < 0.01 and $p<0.05$ were considered as significant.

In our study we have found that both Aavarai kudineer, Tripala Churnam decrease blood glucose in alloxan induced diabetic rats, but the later extract exhibited more potent anti diabetic activity than the former extract. The possible mechanism by which Aavarai kudineer, Tripala Churnam brings about its hypoglycemic action may be potentiating the insulin effects of plasma by increasing either the pancreatic secretion of insulin from the Beta cells of islets of langerhans (or) its release from bound insulin.

Keywords:

Aavarai kudineer, Tripala Churnam, Diabetes, Alloxamic rats, Aquous extract,

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

INFLUENCE OF NEEM (AZADIRACHTA INDICA) EXTRACT ON HUMORAL IMMUNE REPONSE IN TILAPIA (OREOCHROMIS MOSSAMBICUS) INFECTED WITH PSEUDOMONAS FLUORESCENS

A. Anitha, G. Subash Chandran, G. Ganesan, M.I.Zahir Hussain, N. Sukumaran & A.G. Murugesan

Sri Paramakalyani Centre for Environmental Sciences

Manonmanian Sundaranar University

Alwarkuruchi - 627 412

Extract of Azadirachta indica is tested for possible immunomodulatory effects on a freshwater fish Oreochromis mossambicus. Groups of fish fed wity plant extracts incorporated feed were infected with Pseudomonas fluorescens at a density of 2.6 x 10^7 cells/ml through water medium. Blood samples were analysed in every 5 day interval up to 20th day to study the immune response.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

COMPLIANCE OF ELDERLY PERSONS TO SIDDHA DRUGS

Geriatric patients are well satisfied and contented with siddha drugs for major ailments like diabetes, hypertension as well as minor ailments like constipation, dry skin etc.Most of them stictly adhere to siddha medicines because of the pleasant nature and taste of many palatable drugs like lehium ,and the relief of pain with external application of oil and pain balm.Some take this as a side line treatment along with allopathy medicines but most of them prefer only siddha medicines as a main stream therapy.The life quality of people with eating problems ,malnutrition,dizziness,syncope ,sleep disturbances ,neurologic disorders have been certainly improved with siddha drugs.

K. Nalina Saraswathi & P.Sathya Rajeswaran

Asst. Medical Officer - Siddha
Thirukovilur-PHC
Vizhuppuram Dist.

Research Officer,
CRI - Siddha,
Chennai

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

THE ROLE OF SIDDHA MEDICINE, IN COMBATING NCDS IN GERIATRIC CARE

Dr.G. SIVARAMAN BSMS PhD*

Increasing ageing population is the great victory of human efforts through public health system. At the same time, it places, new, long-term demands on health care systems. Chronic diseases and its sequel are projected to be the leading cause of disability throughout the world by the year 2020(WHO- NCD statement); if not successfully prevented and managed, they will become the most expensive problems faced by our health care systems.

In India, it is projected by Murray and Lopez that the overall NCD burden will raise sharply by 2020 in India. About two fifth (40.4%) of deaths were attributable to NCDs in 1990 and it was projected that this will increase to 66% in year 2020. The age group involved in India is mainly between 30-69 yrs, which is a matter of great concern to the society. It is estimated that there are about 25 million cases of cardiovascular diseases, similar number of cases of diabetes, 2.4 million cases of cancer and one million cases of cerebro vascular disease/ stroke in our country. Several diseases come under the umbrella of NCD and more common are cardiovascular diseases, Cancer, Diabetes, and COPD etc.

People with diabetes, for example, generate health care costs that are two to three times those without the condition. The aim and objective of health care of Geriatrics is to be tailored to meet each older individual. A comprehensive care which includes promotive, preventive, curative and rehabilitative services is essential for this population group. The health system which cares for older people must have holistic in approach like their social and cultural resources apart from other disadvantages they may be facing.

Siddha system is one of the oldest traditional systems of medicine, most popular among the oldest race of the world, Tamils. Developed from the folk experiences of antiquity and later incorporating Sankya and Buddhist philosophies of Tamils, for healthy living, Siddha practice and philosophy are unique in its approach. This healthcare system mostly consists of preventive care and healthy living practices. Apart from many therapeutic formulations and medical practices, Siddha advocates many functional food recipes and practices for preventive healthcare. Harmonized with the culture of southern India, especially Tamils', these

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

values were carried by generations to the next for the best. Selection of food and life style according to the body constitution, age and their present and anticipated illnesses are the peculiarity of this traditional system. It is clear legitimacy, these practice helped a lot to reduce the incidence of these pressing NCDs on those days. The quality of life they had in their elderly age with these practice were immense good. Educating and incorporating the Siddha Lifestyle principles and food practices will certainly help to avoid the above said transitions.

Develop a paradigm for integrated - Siddha preventive health care, Food safety policy, Gross root level education and awareness with Siddha Hygienic Principle, Training of stress management exercises like Yoga, combating the ill effects of contemporary lifestyle and Globalization and emphasizing the family Physician concept are the strategy of Geriatric care with Siddha system. This paper is an attempt to develop a strategy with Siddha Medicine for Geriatric NCDs

***Member - National Siddha Pharmacopoeia Committee, Govt. of India**

கந்த வருக்கங் கனிவருக்கம் வாதமெழு
மந்த வருக்கமாந்த மாம்வருக்கங் – கந்தமுறு
தண்ணடைவ ருக்கந் ததிமோரி வையென்னா
ஞுண்ணடையாற் றோடமறு மோர்.

– பதார்த்த குண சிந்தாமணி

அவரைப்பிஞ் சத்தக்கா யாப்பான் முருங்கை
துவரைப் பருப்பாற்றுத் தோணி – யைவரையுமோ
கண்டா லிழுக்குங் கறித்தூ துணமிவையா
முண்டா லிழுக்குமிலை யுண்.

– பதார்த்த குண சிந்தாமணி

CLINICAL EVALUATION OF BRONCHIAL ASTHMA IN GERIATRIC PERIOD

Dr. S.P. BHARATHI, Senior Medical Officer, SKM
Siddha and Ayurvedhic Medicines India Private Ltd,
Erode.

Siddhar's have put forth a number of preparation for the treatment of respiratory disorders.

According to Siddhar's concept, kabham gets aggravated during the third decade of our life. Kabam dosha can be treated by using the following combination of medicines. The present study was mainly concentrated with evaluation of efficacy of the selected therbo metalic combinations. The study was conducted for five years among the patients attending our SKM OP department. Each patient was followed up after every 15 days of tratment under open clinical study. The main drug that have been prepared in SKM pharmaceuticals which are used in the trial are

1. Amukkara choornam
2. Aya chendooram
3. Pavala parpam
4. Poornanachandrothyam
5. Thaalisadhi choornam

Criteria was based on the age group between 60-80 years (both male and female gender)

In 60% of cases	-	better improvement
10% of cases	-	moderate improvement
5% of cases	-	Mild improvement
15% of cases	-	No improvement

During assessment of patients even after five years, it has been reported no signs of recurrence of the previous condition.

The combination of drugs is considered to improve immunity, along with its anti-oxidant property. So from the trial study it can be asserted that the use of the Herbo - metallic combination of drugs has a definite effect on patients of "Iraippu Irumal"

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Dr. S. PARI, B.S.M.S., AMNSA., DAcu.,
Senior Asst. Medical Officer
Siddha Medicine Consultant

Cell : 98427 - 45580
Resi : 2445580
266-C, Adwaitha Aswaram Road,
New Bus Stand Opp., Salem - 636 004.

MY EXPERIENCE (EXPERIMENTS?) WITH THE WHEEZERS

PRELUDE

Salem is known for Steel, Mangoes and Bronchial Asthma. The India Express carried an article a few months ago about the high prevalence of Asthma in the city. Weaving units, Power looms, Spinning mills and in general the dusty atmosphere, besides the rapidly changing weather as well as the ever congested traffic play probably major role in the precipitation of Asthma. The Asthmatics are not only known for shifting from one clinic to the other but also for trying different systems of Medicine, looking for some magic cure. Therapy ranges from the very common steroid abuse to "Fish the therapy" and people tirelessly try out different modes of treatment. As a Siddha Practitioner, because of the excessive load of cases. I decided to document details of cases of Bronchial Asthma, and after an year of Practice I am humbly trying to present my findings with the hope that it will receive constructive criticism that will sharpen my anlytical skills for future work.

ஐந்திந் திரியங்களசவுக் கியமகலும்
நைந்தமனதிற் குற்சாக நண்ணுங்காண் – பைந்தொடியே
மேனீட்டு மாயுளுறு மெய்யி னயர்வொழியுங்
கானீட்டிப் பள்ளிகொள்ளுங் கால்.

– பதார்த்த குண சிந்தாமணி

தொக்கணத்தி னாலிரத்தஞ் தோலூ ணிவைகட்கு
மிக்கு சவுந்தரஞ்ச மீரனும்போ – மெய்க்கதிக
புட்டி யுறக்கம் புணர்ச்சி யிவைகதிக்கும்
பட்ட அலைச்சலறும் பார்.

– பதார்த்த குண சிந்தாமணி

DOCUMENTATION & STUDY IN FOLKLORE SIDDHA FORMULATION IN GERIATRIC CARE

Dr. V. Ganapathy, BSMS, M.D.
Siddha Physician and
Project Implementator Dept. of ISM
Vivekananda Kendra-NARDEP,
Kanyakumari.

Every part of our country has unique folklore household remedies particularly in rural villages. These remedies are based on our traditional ancient wisdom. 'Food is medicine and medicine is food' - This is the prime and basic theme of Siddha medicine. So traditional wisdom and Siddha medicine are highly interlinked.

VK-NARDEP is conducting a number of medical activities in southern parts of Tamilnadu. One such activity is survey and documentation on traditional siddha medicine. In this connection VK-NARDEP has documented a unique herbal household (folklore) remedy for promoting health especially old people. A novel siddha remedy is so useful for body ache, joint pain, indigestion, flatulence and tiredness. This remedy is practiced at various parts of Kanyakumari and Tirunelvli districts.

This remedy is so simple, easy to prepare, easy to applicable and is highly acceptable. This remedy has been studied with the help of Siddha literatures and compared with siddha basic principles.

Thus this paper focus on,

a) documentation study on selective formulation for geriatric problems.
b) ingredients analysis
c) Pharmacological studies through Siddha basic fundamentals
d) Community interaction studies
e) microbiological studies

The effect of remedy will be analysed through Siddha fundamentals.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

THE ROLE OF FUNCTIONAL FOODS IN GERIATRIC CARE

Natarajan Shanmugasundaram*, Anbarasi Chandrasekaran, Kanagavalli*****

In Siddha system of medicine, geriatrics is mentioned as "Moopu Iyal". The art of bestowing immortality is unique feature of Siddha system of medicine. It plays a vital role in maintaining health of elderly and emphasizes immortality. The term 'Functional food' has been described as the foods or dietary components that may provide a health benefit beyond basic nutrition. Nowadays a paradigm of functional foods for geriatric health care has been insisted.

Siddha system emphasize the significance of the food sbustances by involving diet regimen, diet restriction, uneasy combination of diet, toxic effects of foods, anti dote of food substances, etc. Siddha system put forth the functional food concept as Sirappu Karpam, 3000 years back. Sirappu Karpam is defined as the one which restores and promote health in diseased person.

The paper deals with some of the Sirappu karpam for the most prevailing geriatric ailments.

1. Vision
2. Arthritis
3. Alzheimer's disease
4. Diabetes

---

*, **Siddha Physicians, Mahizh Siddha Varma Hospital, Kolathur, Chennai.

*** Reader, Govt. Siddha Medical College, Chennai.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

THE ROLE OF SIDDHA MEDICINAL PLANTS IN THE MANAGEMENT OF GERIATRIC CARE

Selvarajan. S*, Elankani. P, Suresh .A**, Saroja .P.R****
Anandan .T* and Ganapathiraman .K******

Geriatrics peoples are easily prone to all types of diseases, such as arthritis, diabetes mellitus, hypertension, ischemic heart diseases, chronic obstructive pulmonary diseases and other age related problems, which are due to their mental and physical incapability. Siddhars have explained a abundant medicaments and recipes as single and compound therapies for geriatric health care.

Dr. Margaret gee has mentioned the ageing process as follows

Degenerative processes of the tissues

Narrowing of the blood vessels

Shrinkage of the skin

Siddhars have also mentioned the followings

Narai (greying)

Thirai (Shrinkage of the skin)

Pini (old age ailments)

Mooppu (senility)

These are the natural Physiological changes that occur regularly. To overcome the above stated age related problems and disease, they have used certain medicinal plants preparations processing by various methods and consuming strictly with diet restrictions. In this paper the strength and usefulness of certain Siddha medications, properties, indications and other aspects are discussed.

---

* Research Officer (Siddha)

** Research Officers (Siddha)

*** Assiatant Director (Siddha)

**** Director (Siddha)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மதியமுது - உடற்கூறு மற்றும் உடலியங்கியல் ஆய்வு

Dr. A. GANESAN
PG. Student,
GSMC, Chennai

சித்தர்கள் குண்டலினி யோகத்தின் வாயிலாக மதியமுதினை சுரக்கச் செய்து நீண்ட ஆயுளையும் நிலைத்த தேகத்தையும் பெற்றனர் என சித்தர்கள் கூறும் யோக முறைகள் கூறுகின்றன.

ஊறு அமிர்தத்தை யுண்டியுறப் பார்கில்
கூறும் பிறப்பறுக்கலாம்

-- ஔவை

தெளிதரும் இந்த உறுநீர் பருகில்
ஒளிதரும் ஓராண்டில் ஊனமொன் றில்லை
வளியுறும் எட்டில் மனமும் ஒடுங்கும்
களிதரும் காயம் கனகம் தாமே.

-- திருமந்திரம் - அமரிதாரணை

உடலிற் கிடந்த உறுதிக் குடிநீர்க்
கடலிற் சிறுகிணற் றேற்றமிட் டாலொக்கும்
உடலில் ஒருவழி ஒன்றுக் கிறைக்கில்
நடலைப் படாதுயிர் நாடலுமாமே.

-- திருமந்திரம் - அமரிதாரணை-845

எனவே மதியமுது எனும் இந்த உடலில் ஊறும் அமிர்தத்தைப் பற்றியும் குண்டலினி யோகத்தைப் பற்றியும் திருமந்திரம் போன்ற சித்த இலக்கியம் மேலும் நவீன உடற்கூறு மற்றும் உடலியங்கியல் கருத்துக்களுக்கு ஒப்ப ஆய்வு செய்வதன்மூலம் தெற்றெனத் தெளியலாம்.

பாலர் கிழவர் பழஞ்சுரத்தோர் புண்ணாளி
சூலையர் மேகத்தோர் துற்பலத்தோர் – ஏலுமிவர்
எல்லார்க்கு மாகு மிளைத்தவர்க்குஞ் சாதகமாம்
நல்லாய் பசுவின்பால் நாட்டு.

– பதார்த்த குண சிந்தாமணி

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

NEUROLOGICAL PSYCHO NEUROLOGICAL DISORDERS AND DAY BY DAY TREATMENT WITH AVAILABLE HOSPITAL MEDICINES

Dr. S. GOVINDHRAJ, BSC, BSMS; Ph.D.
Asst. Medical Officer (Spl. grade)
Aathanakottai - Pudukkottai Dt.

Our Siddha Medicine is one of the Best Ancient. Science and medicine for all Ages (ie.) periods our siddhers more Concentrated on mind and soul which are responsible for all disorders (ie.) Psychosomatic Disorder. So purifying of mind and soul will prevent the diseases or postponed it's occurrence. There are so many ways to attain the Goal of these 1) Vasipyrchi and 2) Kayakalpam are Predominent.

பிராணன் மனத் தொரும் போரதடக்கிப்
பிராணன் இருக்கில் பிறப்பில்லை
வளியினை வாங்கி வயத்தில் அடக்கில்
பளிங்கொத்த காயம் பழுக்கினும் பிஞ்சாம்

– திருமூல திருமந்திரம்

உருத்தரித்த நாடியில் ஓடுகின்ற வாயுவைக்
கருத்தினா லிருத்தியே கபாலமேற்ற வல்லிரேல்
விருத்தரும் பாலராவர் மேனியும் சிவந்திடும்
அருள்தரித்த நாதர்பாதம் அன்னல் பாதம் உண்மையே

– சிவவாக்கியார்

The Above stanza indicates how our siddhars are very particular about vasi in neurological neuro-psychological, disorders.

மனமது செம்மை யானால் மந்திரஞ் செபிக்க வேண்டா
மனமது செம்மை யானால் வாயுவை உயர்த்த வேண்டா
மனமது செம்மை யானால் வாசியை நிறுத்த வேண்டா
மனமது செம்மை யானால் மந்திரஞ் செம்மை யாமே.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Lecturer

Govt. Siddha Medical College, Chennai – 106.

ROLE OF SIDDHA ASPECTS IN THE MANAGEMENT OF INSOMNIA

INTRODUCTION

Sleep is a natural state of bodily rest. which paves a healthy way to lead a comfortable life. Now a days senior citizens are badly affected by insomnia due to various psychological and pathological conditions. Siddha system has a plenty of herbal remedies for this problem. Hence I want to expose some of the treasures in Siddha to over come Insomnia.

Regular sleep is essential for healthy survival. It is observed throughout all living things (Human beings, animals, birds and plants)

WHAT IS INSOMNIA?

1. Insomnia is a symptom of sleeping disorder.
2. It is typically followed by functional impairment while awake.
3. Insomniacs are unable to close their eyes or "rest their mind" for more than a few minutes at a time.
4. Insomnia occurs more commonly in women than in men.

CAUSES OF INSOMNIA

- Psychoactive drugs or stimulants, including certain medications, herbs caffeine, cocaine.
- Hormone shifts such as those that precede menstruation and those during menopause.
- Life problems like fear, stress, anxiety, emotional or mental tension, work problems, financial stress, unsatisfactory sexual life.
- Mental disorders such as bipolar disorder, clinical depression, general anxiety disorder, post traumatic stress disorder, schizophrenia.
- Disturbances of circadian rhythm, such as shift work and jet lag.
- Insomnia – Estrogen : Estrogen is considered to play a significant role in women's mental health.
- Certain Neurological disorders, brain lesions or history of traumatic brain injury.
- Medical conditions such as hyper thyroidism, hyper tension, diabetes mellitus, Wilson's syndrome and so on.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

- Poor sleep hygiene
- Parasomnia
- A rare genetic condition.
- An overactive mind or physical pain.

AMOUNT OF SLEEP ACCORDING TO AGE

AGE	AVERAGE AMOUNT OF SLEEP PER DAY
New born Babies	up to 18 hrs
1 – 12 Months	14 – 18 hrs
1 - 3 Years	12 – 15 hrs
3 – 5 years	11 – 13 hrs
5 – 12 years	9 – 11 hrs
Adolescent's	9 – 10 hrs
Adults Including and above age group	7 – 8 (+) hrs
Pregnant Women	8 (+) hrs

HERBAL SOURCE FOR INSOMNIA

1. அமுக்கிராக் கிழங்கு – *Withania somnifera* :
   அமுக்கிராக் கிழங்கு சூரணம் 1 தேக்கரண்டி (4கி) பாலில் இரவு படுக்கும்முன் அருந்தவேண்டும்.
2. மருதோன்றி – Lawsonia inermis
   அழவணம் - இதன் பூக்களை தலையணை அடியில் வைத்து, தூங்கும் போது நன்றாக தூக்கம் வரும்.
3. கத்தரி – *Solanum melongena*
   இலையை முறைப்படி குடிநீரிட்டு கொடுக்க தூக்கம் உண்டாகும்.
4. கசகசா – 2 தேக்கரண்டி (8கி) கசகசாவை பசும்பால் விட்டரைத்து வெதுவெதுப்பான பசும்பாலில் கலந்து உறங்கும் முன் அருந்த நல்ல தூக்கம் உண்டாகும்.
5. ஜாதிபத்திரி *Myristica fragrance*
   ஜாதிபத்திரி, 1 தேக்கரண்டி (4கி) குடிநீராக்கி கொடுக்க உறக்கமுண்டாகும்.
6. குரோசாணி ஓமம் - *Hyosymous niger*
   இச் செடியின் இலை பூ, வித்து இவைகளிலிருந்து எடுக்கும் சாற்றை உலர்த்தி எடுத்ததில் 65 மிகி - 330 மிகி வரை பசும்பாலில் கொடுக்க தூக்கமின்மை நீங்கும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

7. அபினி - 1 பங்கு

மிளகுபொடி - 2 பங்கு

சுக்குத்தூள் - 5 பங்கு

சீரகத்தூள் - 6 பங்கு

பாதாம்பிசின் - ½ பங்கு

என்ற அளவில் ஒன்று கூட்டி, கலந்து அரைத்து 65 – 130மி.கி. கொடுக்க நித்திரையின்மை நீங்கும்

8. உருளை கிழங்கின இலைச்சாற்றை உண்டு வர தூக்கம் வரும்.
குணபாடம் - மூலிகை.

9. எள், Seasamum Indicum : எள், எள் சேர்ந்த உணவுகளை, (எள் உருண்டை, எள்ளோதனம், நல்லெண்ணெய்) பயன்படுத்தினால் சினைப்பைச்சத்து (Estrogen) குறைவால் ஏற்படும் தூக்கமின்மை நீங்கும்.

SLEEPING TECHNIQUES PROVIDED BY SIDDHARS :

நித்திரையின் பயன்கள் :

1) நித்திரையினால் பஞ்சேந்திரியங்களின் சோர்வும், சரீர வருத்தமும் நீங்கும்.

2) சரீர வளர்ச்சி, மனதிற்கு உற்சாகம், உடல் வளர்ச்சி, உடல் வன்மை அறிவுடைமை, ஆயுள்விருத்தி இவை உண்டாகும்.

"ஐந்தித் திரியங்களசவுக் கியமகலும்
நைந்தமனதிற் குற்சாக நண்ணுங்காண். – பைந்தொடியே
மேனட்டு மாயுளுறு மெய்யி னயர்வொழியுங்
கானிட்டிப் பள்ளிகொள்ளுங் கால;"

- ப. கு. சி.

நித்திரை செய்யும் முறை

- தகுந்த படுக்கையில் இடது பக்கம் படுத்து. இடது கையை மடக்கித் தலையின் கீழ் வைத்து. இடது காலை மடக்கி ஒஞ்சரித்து. வலதுகாலை நீட்டி, இடக்கால் மேலிட்டு, வலது கையை நீட்டி வலக்கால் மீது வைத்து நித்திரை செய்வது முறைமையாகும்.
- கிழக்குத் திசையில் தலைவைத்துப் படுப்பதினால் ஆரோக்கியம் உண்டாகும்.
- பாதாதிகேசம் வரையும் துணியால் மூடி நித்திரை செய்வது உசிதமன்று.
ஆனால் காலதேசங்களை ஒட்டி, துப்பட்டி அல்லது மெல்லிய கம்பளத்தினால் முக்காடிட்டு உடல் முழுமையும் போர்த்தி உறங்க குளிர்வாடை, வெய்யிலின் வேகம், தூசி, பனி, சீறும் காற்று, இவைகளினால் உண்டாகும் குற்றங்கள் நீங்கி கண்களுக்கும் தோள்களுக்கும் வன்மை உண்டாகும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

- நித்திரை செய்யும் காலம்
- இரவில்தான் நித்திரை செய்யவேண்டும். இரவில் சாதாரணமாய் 9 மணிக்குள் உண்டு 10 மணிக்குள் உறங்குவதுதான் முறை. உண்ட களைப்பு தீர சிறிது தூரம் நடந்து பின் படுக்கைக்குச் செல்லவேண்டும்.

" உண்ட பின்பு நன்கு பெற குறுநடை கொள்வோம் "

" உறங்குவதி ராவொழியப் பகலுறக்கஞ் செய்யோம் "

- சித்த மருத்துவாங்கச் சுருக்கம்

1. ஆனால் சொற்பொழிவு ஆற்றுபவர்கள் பகலுறக்கம் செய்யலாம்.
2. முதியவர்கள் நித்திரை செய்யாவிடினும் படுத்திருப்பது அவசியமாகும் அவர்களுடைய அவயவங்கள் யாவும் வயதினால் தளர்ச்சி அடைந்திருக்குமாகையால் ஓய்வு அதிகம் கொடுக்க வேண்டும்.

துயில் எழும் நேரம்

சூரிய உதயத்திற்கு முன்னர் (4am to 5am.) விழிக்கவேண்டும். இவ்வாறு செய்வதினால் புத்திக்கு தெளிவு, சுறுசுறுப்பு, முத்தாதுக்கள் இயல்பு நிலையில் பொருந்துதல் இவை உண்டாகும். பைத்திய கோபம் நீங்கும் (Secreting level of seratonin is high during that time).

படுக்கை :

தூக்கம் கொள்ளுவதில் அவரவர் சக்திக்குத் தக்கவாறு மெத்தை அல்லது பாயைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். கோரைப்பாயினால் சுகநித்திரை யுண்டாகும்.

" கோரைப்பாய் நற்குணமாங் கூறரிய மந்தமறுங்
கூறிய தேகங் குளிர்ச்சியுறும் — பாருலகில்.
நன்னித்திரை கூடு நாடாது ருட்சையிதே
புன்னிப் புவியிலுரை "

- ப.கு.சி

தலையணை

பாதாதிகேசம் வரையுமுள்ள நரம்புகள் பிசகாமலிருக்க தலைக்கு அணை உபயோகித்தல் வேண்டும். தலையணையானது கழுத்துக்கும் தோளுக்கும் மத்தியில் இருக்கத் தக்க அளவு உயரமுள்ளதாகவும், வேண்டிய நீளம் உடையதாகவும், இலவம் பஞ்சினால் அமைந்ததாகவுமிருப்பது சிறந்தது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

"கழுத்திற்குத் தோளிற்குங் கண்ட உயர்வரம்
வழுத்து நீளத்திலும் மட்டா – யிழைத்தநறும்
பஞ்சின் தலைக்கணைகெப் பானரம்பு நன்குறும் – போம்
துஞ்சின் றழைக்குமுச் சிச் சூர்"

-ப.கு.சி

நித்திரையின்மையினால் உண்டாகும் குற்றங்கள்

1. சரீர வேதனை
2. தலைபாரம்
3. கண் எரிச்சல், கண்சிவத்தல்
4. கொட்டாவி தேகம் திமிர்தல் தளர்ச்சியுறல்
5. தலைசுற்றல்
6. உண்டஉணவு செரியாமை
7. சோம்பல்
8. வாத சம்பந்தமான பிணிகள்
9. புத்தி தெளிவின்மை.

COMFORTABLE SLEEP TIPS

1. இரவில் கண் விழிக்க நேரிடினும் அல்லது நித்திரைக்கு பங்கம் ஏற்படினும் இரவில் பங்கமேற்பட்ட கால அளவில் பாதிஅளவிலேனும் காலையில் ஆகாரம் கொள்ளாமலே நித்திரை செய்ய வேண்டும். (இரவுப்பணி மேற்கொள்ளுபவர்களும், பன்னாட்டு நிறுவனத்தில் பணி புரிபவர்களும் (MNC) இதனை பின்பற்றுவது நல்லது.)

2. உடம்பில் தொக்கணமிட்டுக் கொள்வதும் நல்லது.

"தொக்கணத்தி னாலிரத்தந் தோலூனிவைகட்கு
மிக்க சவுந்தரஞ்ச மிரனும் போ – மெய்க்கதிக
புட்டியுறக்கம் புணர்ச்சி யிவைகதிக்கும் பட்ட அலைச்சலறும் பார்."

- ப. கு. சி.

3. திருப்திகரமான மதிய உணவு, மிதமான மாலை உணவு நன்மை பயக்கும்.
4. மாலையில் உடற்பயிற்சி செய்தல்
5. படுக்கும்அறை காற்றோட்டமுள்ளதாகவும் கண்ணைப் பறிக்கும் நிறமுள்ளவிளக்குகள் அற்றதாகவும் இருக்கவேண்டும்.
6. இரவில் வெதுவெதுப்பான வெந்நீரில் குளித்தல், மணப்பூச்சு பயன்படுத்தல்
7. வாழைப்பழம் சாப்பிடுதல்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

8. சூடான பசும்பால் அருந்துதல்.

9. புத்தகம் படித்தல்.

10. செவிக்கு இனிய இசை கேட்டல்

11. அவரவருக்கு இஷ்டமான தெய்வத்தை வணங்கிப் படுத்தல்

12. தமரக நோயினர் கீழ்கண்ட பயிற்சியை செய்தால் தூக்கம் சரியாக வரும்.

"நாட்ட மிரண்டு நடுமுக்கில் வைத்திடில்
வாட்டமு மில்லை மனைக்கு மழிவில்லை
யோட்டமு மில்லை யுணர்வில்லை தானில்லை
தேட்டமு மில்லை சிவனவ னாமே"

"நயன மிரண்டு நாசிமேல் வைத்திட
டுயர் விழா வாயுவை யுள்ளே யடக்கித்
துயரறா நாடியே தூங்கவல் லார்க்குப்
பயனிது காயம் பயமில்லை தானே"

எனத் திருமூலர் கூறியுள்ளார்.

13. குருதியமுத்த நோயினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் சவாசனம் மேற்கொள்ளலாம்

14. மன அழுத்தம் மதுமேக நோயினால் வருந்துபவர் தியானம் செய்யலாம்.

CONCLUSION

"THE PERSON WHO HAS A GOOD SLEEP IS REALLY A LUCKY ONE"

When we adopt the above sleeping techniques, comfortable sleep tips and herbal management, geriatric people and others can lead a healthy and comfortable life. Also they can perform their duties successfully in a glorious manner.

REFERENCES :

1. சித்த மருத்துவாங்கச் சுருக்கம்
2. குணபாடம் - மூலிகை
3. நோயில்லா நெறி
4. சித்த மருத்துவம்
5. Davidson – Text book of Medicine
6. Gilmartin .G Thomas .R – Mechanisms of Arousal from sleep and their consequences.

* * *

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

A CLINICAL STUDY ON "CEGANA VAATHAM IN GERIATRICS"

* Dr.T.Lakshmikantham,*Prof.Dr.K.Palavesam,
Dr.K.Manikavasagam,**Prof.Dr.S.Boopathi Raj

This paper deals with the clinical study on Ceganavaatham using Ganthi Mezhugu (Ref: Athma Rakshaamirtha Vaithya Saara Sangiraham) internally and Manosilai Thailam (Ref: Pulippaani Mahamunivar Vaithyam 500, verse 300) externally.

The clinical study was undertaken in 30 selected cases of both males and females of different age groups, including elderly people, admitted in the in-patient wards of the Postgraduate department of Maruthuvam(Pothu) at Government Siddha Medical College, Palayamkottai.

The clinical study of cases with age 60 and above has been highlighted in this paper. The results of treatment of variable duration in these cases were found to be highly encouraging. This study includes Pharmacological and Biochemical Analyses of the trial drugs.

---

*Author, Lecuturer, Department of Maruthuvam National Institute of Siddha, Chennai - 47

** Former Prof. & H.O.D., P.G., Maruthuvam Department Government Siddha Medical College, Palayamkottai

*** Prof. & H.O.D., P.G., Maruthuvam Department of National Institute of Siddha, Chennai - 47

**** Director, National Institute of Siddha, Chennai -47

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

STROKE AND REHABILITATION – A MAJOR HEALTH CONCERN IN GERIATRIC HEALTH CARE.

Dr.K.Rajalakshmi.* Dr. E.M. Manikgantan ** Dr.B.Selvapandian***

The paramount goal of research on aging is to **add life to years.** Those years will be validated through the healthy and happy living during old age. The quality of life is more accountable for elderly people. Stroke occur when the blood supply to part of the brain is suddenly interrupted or when a blood vessel in the brain bursts, spilling blood into the spaces surrounding brain cells.

Stroke is the third commonest cause of death worldwide after coronary heart disease (CHD) and cancer. It was estimated that stroke represented 1.2 % of the total deaths in the country, when all ages were included. The proportion of stroke death increased with age, and in the oldest group (> 70 years of age) stroke contributed to 2.4% of all deaths. Prospective epidemiological studies identified the major atherogenic risk factors for stroke as hypertension, diabetes mellitus, hyperlipidemia, and smoking.

Siddha explains Stroke as a part of Vatha disease. Pakkavatham of Yugi Vaidhya Chinthamani, explained the illness. Siddha advocates internal and external therapeutics to manage this illness. Holistic approach is the key in the treatment protocol. When the stroke is treated in allopathy, with anti-thrombotics either with antiplatelets or anti coagulants, thrombolytics, neuroprotective agent, Siddha medicines like *Chandamarutha chenduram* and *Kokkutathy Chooranam* are used for this illness several years. Apart from these internal medicines, Thokkanam and V*armam therapy* should be advocated. These include oil application, stimulating vital points of the body to restore the physical occupational and speech activities.

External therapeutics, such as *Kaya sarvanga thylum, Vasavennai, Mukkoottu nei* are the classical Siddha medicated oils used to regain the power of affected limbs and rejuvenate the neurons. Current RPM is also proving, herbs such as *Allium cepa, Allium sativum, Commiphora mukul and Trigonella foenum gracum* are having thrombolytic activity, which are the key ingredients in most of the Anti-Hemiplegic Siddha therapeutics.

Post stroke rehabilitation can be achieved through Asanas, yoga and meditation to restore the mental abilities .This paper further explains the treatment protocol and rehabilitation plan for the management of Hemiplegia.

---

*lecturer, Dept.of Siddha, DR.MGR Medical University, Chennai

**lecturer, Dept.of Siddha, DR.MGR Medical University, Chennai

*** Professor and HOD, Dept.of Siddha, DR.MGR Medical University, Chennai

<Further communications:herbsiddha@rediffmail.com>

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

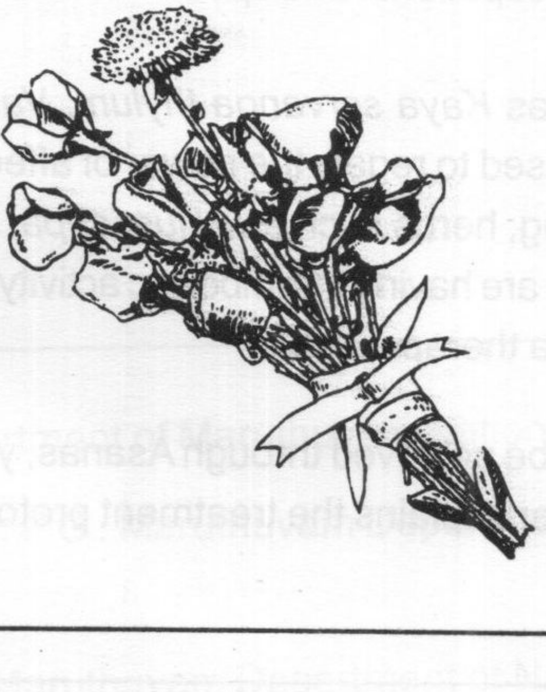
THE ROLE OF VARMA THERAPY IN CAKANA VATAM

S. Nagarajan * and **Natarajan****

Aging is not a passage of time, but rather an accumulation of biological event that occur over time. The diseases in old age mainly caused by environmental factors, genetical inheritance and personal habits. Disabilities in old age are caused by Musculo skeletal disorders. In Siddha system of medicne, musculo skeletal diseases are grouped under Vata diseases. Vata diseases are classified in 80 types. Among them Cakana Vatam finds a significant place in geriatric diseases.

Siddha system of medicine emphazise different modalities of treatment. Among them drugless therapy is considered to be supremo and Varma therapy comes under this category. As the geriatric patients suffer with a complex of disease, no new drug has been discovered so far, for the total geriatric health care. This makes the patients to take specific drugs for each disease which lead them to frustrate over its adverse effects. So they prefer to have a drugless therapy as Varma therapy plays a unique role in it.

The paper deals with the Varma points in the treatment for Cakana Vatam.



* AMO (Siddha), Govt. Hospital, Mathuranthagam.

** Siddha Physician, Mahizh Siddha Varma Hospital, Kolathur, Chennai.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

DEVELOPMENT OF PROTOCOL FOR ALZHEIMER'S MANAGEMENT

Sathya Rajeshwaran .P*, Ponniah Samy G. Anandan .T**
and Ganapathiraman.K ***

Alzheimer's disease is an alarming neurological and socio economic problem in developed countries. It is a neurological problem synonymously called as dementia which includes cognitive impairment with Aphasia, Apraxia and Agnosia or as disturbance in executive function as per DSM-IV.

The commonest DD for AD is VaD which means vascular dementia. This paper is going to give us a brief idea on development of a protocol and about the kayakalpa drugs which may play a vital role with the available nutraceutical evidence base. The paper will discuss the following topics for 5 further research to the scientific community who dwell them in siddha research.

1. Selection criteria
2. Safety considerations
3. Pharmaco kinetics/Pharmaco dynamics end points
4. Decision making

---

* Research Officer (Siddha)

** Assiatant Director (Siddha)

*** Director (Siddha)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

EVALUATION OF SIDDHA DRUGS IN THE MANAGEMENT OF PAANIKAMBAVATHAM (PARKINSONISM).

D.DEEPA BAI & M.ALLIMUTHU

Paanikambavaatham is one of the Geriatric disorders the age which according to siddha system falls under the kapha kalam. The clinical features as quoted in yugi vaidya sindhamani, maarkamaai vaaivumaai mei niraindhu……." Correlates with the disease parkinsonism (caused by DOPAamine deficiency) DOPAamine derived from phenylalanine needs Fe ion and an Cu containing enzyme. The reuptake of dopamine with mptp, toxin, leads to neuronal death. MAO inhibitors are needed to prevent the conversion of Seratonin to 5-HIAA, the accumulation of which leads to colorectal CA. The present study is attempted, in the idea of exploring the pharmacological activities, relevant to or found to involve in the management of paanikambavaatham (Parkinsonism). Drugs from the yugi vaidhya sinthamani, Theran were taken in to the account. They are roots of solanums trilobatum, vitex negundo, Adathoda….., Rhizomes of Amorphophalus, Acorus clamus, Curculigo, Smilax chinensis, Fe, Cu, Conch shells, Potassium nitrate, Ocimum sancturm ……… . **Results:** The roots are preferably anti-kapha drugs, Anti-vadha drugs, Rhizomes (high carbohydrate sources), High fibre and appetizers. Conch shell prevents CA by acting as best appetizer and regulating digestion. Smilax chinensis an MAO inhibitor prevents the accumulation of 5-HIAA (CA). Fe and Cu may stimulate production of dopa and dopamine and also involved in the chelation of amino acids. Potassium nitrate reduces the risk of developing Parkinsonism in smokers. It is wondering that Acorus calamus is an antidote according to our Siddha System of Medicine to Papaver Somniferrum and Cannabis sativa. **Conclusion:** Siddhars are aimed at alleviating the main cause and stimulating the production of dopa-mine, preventing the neuronal death too. Therefore our drugs of siddha medicine are reliable with good potentials and one can target these drugs for further studies in the management of parkinsonism.

Keywords:

Levodopa, Substantia nigra, Festinant gait and Lewis bodies.

Authors:
D.DEEPA BAI,
Dr.M.ALLIMUTHU, HOD
Gunapadam Branch, GSMC, Chennai.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

A CLINICAL STUDY ON OBESITY AND HYPERCHOLESTEREMIA

Dr.A.M.ABDUL KADHER M.D (S)

Obesity is a chronic disease of the developed and developing world, affecting both adults and old aged people. Prevalence of obesity today has reached such epidemic proportions that it is replacing the more traditional health concerns, including under-nutrition and infectious diseases and is one of the most significant contributors as "New World Syndrome", creating an enormous socio-economic and public health concerns.

Obesity is a clinical term for excessive and increased body weight, defining it in the sense of a disease. Obesity is very common among people living in western countries and among the higher income groups in Indians and other developing countries. Currently about 1.5 million people in the United States are suffering from severe obesity. Obesity is linked to an increased risk of cardio vascular disease such as cardiac failure and Coronary heart disease.

Garcinia combogia's fruit is a natural product, which is known to reduce the body weight & Blood cholesterol levels. It is also known to reduce stress levels and is helpful in bowel complaints because of its mild laxative.

Since this fruit is easily available and is not very expensive it can be used in daily cooking. The dried rind of Garcinia combogia is used in Kerala state (In cochin) and Malabar as a condiment for flavouring curries in the place of tamarind and lime. Hence, if this fruit is used consistently, it is bound to reduce the body weight and useful as an Anti-Cholesterol drug.

Mode of Drug Action :

The mode of drug action, the outcome of clinical study conducted using the drug is discussed to detail during presentation.

Dr.A.M.ABDUL KADHER M.D (S)
PROFESSOR / PRINCIPAL
GOVT.SIDDHA MEDICAL COLLEGE, CHENNAI – 106.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

THE ROLE OF SALAMISRI (ORCHIS MASCULA) IN GERIATRIC CARE

*M. Allimuthu**

*Thomas M. Walter***

The use of Salamisri (Orchis mascula) has a very long history dating back to centuries mainly as an alternate to Arrowroot and Coffee. It has also rich Medicinal properties as potent Aphrodisiac and Tonic. Review of Siddha literature reveals Salamisri to be a promising food supplement / medicine especially to the Old age related problems.

This orchid is really a blessing for the geriatric patients especially as a valuable special diet, for disorders of Gastro-intestinal and Genito-urinary tracts, as a potent aphrodisiac and tonic and promissing remedy for most of the Old age related problems. To further explore the wonderful medicinal qualities of Salamisri, more research has to be carried out.

Key words :

Salamisri, Orchids, Orchis mascula, Special diet for Geriatries, Aphrodisiac and Tonic.

மூளநாடி தன்னிலே முளைத்தெழுந்த சோதியை
நாலுநாழி உம்முளே நாடியே யிருந்தபின்
பாலனாகி வாழலாம் பரப்பிரம்ம மாகலாம்
ஆலுமுண்ட கண்டராணை அம்மையானை உண்மையே.

வீர மருந்தென்றும் விண்ணோர் மருந்தென்றும்
நாரி மருந்தென்றும் நந்தி அருள் செய்தான்
ஆதி மருந்தென் றறிவார் அகலிடஞ்
சோதி மருந்திது சொல்லவொண் ணாதே.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ROLE OF SIDDHA MEDICINES IN THE MANAGEMENT OF MALIGNANCY AND BENIGN TUMOURS IN GERIATRIC CARE

Dr. R. MOHAN, B.S.M.S.,
S.G. Assistant Medical Officer,
Government Hospital,
Annavasal, Pudukkottai District.

Siddha system is one of the oldest systems of medicine in India.

The term ***'Siddha'*** *means achievement and the* ***'Siddha'*** *were Saintly figures. They contribute some herbo mineral formulations to treat* ***puttru noikal (cancer).***

Cancer (medical term : malignant neoplasm) is a class of disease in which a group of cells display *uncontrolled growth, invasion* and sometimes *metastasis.*

These three malignant properties of cancers differentiate them from benign tumors, which are self-limited, do not invade or metastasize.

Cancer may affect people at all ages, even fetuses, but the risk for most varieties increase with age. Cancer causes about 13% of all deaths.

Completed information will be furnished in the full-paper.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

PROSTATE ENLARGEMENT – A SPECIAL VIEW OF SIDDHA

*G.S.Sathya B.S.M.S

**Dr.S.K.Sasi MD(s)
**Dr.A.Vasuki Devi MD(s)
***Dr. R. Devarajan MD (s)

The topic that I'm going to deal with is "Moothiragatha Kiricharam" portrayed in "Dhanvanthri Vaidhyam Part II" which I have attempted to interpret with "Benign Prostate Hypertrophy

This paper lays emphasis on the Etiology, Diagnosis, Pathogenesis, Prognosis, Fate of the disease and Prevention as per our Siddha system.

Prevalence of this disease seems to be in male in older age. Prostate is an endocrine gland and an accessory sexual gland in male when this gland enlarges beyond its normal size it may interupt the passage of urine causing various disturbance pertaining to urinary tract.

The abnormalities of Mutthathu (Vali, Azhal, Iyam) responsible for this disease and the prognosis of the disease is being achieved through Siddha diagnostic parameters like Envagai Thervu and Manikadainool and the mechanism of the disease will be demonstrated through animation.

*PG Student
Noi-nadal Department

**Faculties
***Head of the Department

Noi-nadal

Govt.Siddha Medical College,
Palayamkottai.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ESTIMATION OF ANTIOXIDANT ACTIVITY OF THE RHIZOME OF DRYNARIA QUERCIFOLIA (L) J.Smith. by *in vitro* studies

1. introduction

The plant *Drynaria quercifolia*.(L).J.Smith. belongs to the family **Polypodiaceae/ Drynariaceae**[1]. It has been used from time immemorial in several indigenous systems of medicines in India. In Sanskrit this plant is called as **'Ashvakatri'** and in Hindi as **'Kadikapana"** and Tamil, knonwn as " **Mudavattu Kal**". Its rhizome has been reputed as a bitter, tonic, astringent to the bleeding bowels and was used in typhoid fever known as hectic fever and chronic cough. With respect to the various extracts derived from the rhizome of this plant , we have already performed **analgesic, antipyretic studies** (IABMS, Oct 02.)[2] and **cardiotonic studies** (National Seminar on Siddha Medicine,Dec-02)[3] reported to be effective in earlier conferences.

2.Why the anti-oxidant studies assume importance nowadays?

Free Radicals and active Oxygen are known to cause a wide variety disfigurement to the macromolecules and the membrane lipids and thus causing a wide range of diseases ranging from premature old age to cancer. Antioxidants are known to alleviate oxidative stress by scavenging the free radicals and protect biological lipids and macromolecules from their deleterious effects[4, 5].

So it becomes obligatory to see whether the extracts of medicinal plants that are known to cause beneficial effects possess anti-oxidant properties. Hence it is essential to see whether they themselves possess *in vitro* antioxidant activity or trigger the activity *in vivo*. In vitro studies the antioxidant effects of the extracts or principles derived from the medicinal plant are evaluated *in vitro* using standard methods and compared with Vitamin E.

We have undertaken this study specially with respect to this plant since no previous report is available with respect to this antioxidant potentialities of this medicinal plant!

S.Ayyasamy, M.Jegadeesan* and R.Dhananjayan **
* Department of Siddha Medicine, Faculty of Sciences, TAMIL UNIVERSITY, Tanjore-613 001.
**Department of Pharmacology and Environmental Toxicology,
Dr.A.L.M.P.G. Institute of Basic Medical Sciences ,UNIVERSITY OF MADRAS,
Taramani, Chennai - 600 113, India.
(Telephone No.(044-) 4480766; 4925486. Fax: 91-44-4926709)
(E-mail: rdhananjayan @ hotmail.com)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

HIGHLIGHTING CLASSICAL SIDDHA FORMULATIONS FOR SELECTED NON-COMMUNICABLE DISEASES IN GERIATRICS

Dr.G.J.Christian,M.D(s)
Prof. Dr. M.Logamanian,M.D,Ph.D
Prof.Dr.S.Boopathi Raj,M.D(s)

This Paper deals with highlighting of some of the gems of Siddha medicinal formulations found scattered in the Siddha literature addressing the urgent needs to treat some common geriatric ailments with reasonable success.

In this paper, Siddha pharmacotherapeutics with meticulously chosen siddha formulations based on the blend of experience, expert opinions, literary back up, traditional folk wisdom of the following disease conditions would be presented.

1. **A Case report of kalanjaga padai**
   Treatment of a geriatric case of Kalanjaga padai (psoriasis) with Gandhaga mezhugu.
2. **Enbumurivu**(Fractures) in the elderly people and osteoporosis(**Siddha 'P.O.P'**)
3. **Karabadha soolai**(Peripheral neuritis) **(Siddha 'neurobion')**
4. **Thamaraga vayu**(Ischemic heart disease)(Siddha**'heparin'**)
5. **Sandhu vaadham**(Arthritis) (Siddha **'Joint saving'** medicines)
6. **Megaviranam**(Diabetic and non diabetic ulcers) (Siddha **'skin grafting'**)
7. **Siruneer / Malam Nazhugal** (Urinary and fecal incontinence of U.M.N type)
8. **Karuppai adithallal**(Uterus and rectal prolapse) (Siddha **'cervicopexy'**)
9. **Vanchana Katha Pithukkam** (Inguinal hernia)(Siddha's Herniorraphy)

Documentation of the treatments and their outcome for the above diseases are carried out at N.I.S.

*** Author, Lecturer,Dep of NoiNaadal,National Institute of siddha,Ghennai-47.**

@ H.O.D, Dep of NoiNaadal,Hospital Supdt.A.P Siddha Hospital & Dean, National Institute of siddha,Ch-47

 # Director, National institute of siddha,Chennai -47.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

DANGEROUS LIAISONS IN TREATING GERIATRIC PATIENTS HERBAL MEDICINE *VS* ALLOPATHIC MEDICINE

(An Insight into Drug Interactions)

Author : Dr. V. VELPANDIAN, M.D (S), G.S.M.C, CHENNAI -106.

The practice of medicine is now at a crossroads: there are countless patients being treated simultaneously with both Indian System of Medicine and Allopathic medicine. This is very common in the geriatric age group. Experts suggest that natural does not mean it is completely safe. Some herbs become toxic if it is taken with certain Allopathic drugs and fatal herb-allopathic drug interactions can occur. High-risk patients, especially elderly patients taking three or more medications for chronic conditions, patients suffering from diabetes, hypertension, depression, high cholesterol and congestive heart failure, should be especially on the lookout for such side effects. Safety has become a major issue. The following are the few examples of known interaction between herbs and allopathic medicines.

Allium sativum (Garlic) has anti-clotting properties and should never be combined with other anti coagulant drugs. When *Zingifer officinalis* (Ginger) is combined with sulphur may lead to toxic effects. Piper nigrum (Pepper) combined with anti psychotic drugs may produce deep sedation and even coma. *Glycyrrhiza glabra* (Licorice) can also interact with anti hypertensive drugs or any calcium channel blockers. *Smilax chinensis* is enough to cause some side effects of 'Moon face', agitation and insomnia. Long term use of *Withania somnifera* may cause menstrual abnormalities and breast tenderness in some women. *Withania somnifera* is not recommended for pregnant or lactating women. *Aloe vera* should not be given with cardiac glycosides as it potentiates their action. Anti biotic that are somewhat toxic to the liver, such as Chloromycetin, erythromycin, tetracycline, rifampicin might become more toxic in the presence of tannins as found in *Terminalia chebula, Punica granata* (Pomegranate) and *Quercus infectoria*. Even the combination of herbal drugs with allopathic drugs can interfere with the absorption, metabolism and elimination of the herbs and vice versa.

The solution to this situation is in the understanding of allopathic drug-herb interactions and following precaution should be taken before prescribing medication. Drug interactions may be avoided by taking the herbs and allopathic drugs at different times. The Indian medical practitioner must learn as much as possible about the mechanism of action of both allopathic drugs and herbs. Silence and ignorance can be very dangerous.

Key words : Herbal medicine, Allopathic medicine, drug interactions, toxic.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

PROMOTION OF PHYSICAL AND MENTAL HEALTH

Psychological Impacts in Older Age and Siddha Dimensions in Their Management

***S. SATHYA NANDHINI, **Dr. S.K. SASI, M.D.(S)., **Dr. A. VASUKI DEVI, M.D.(s).**

*****Dr. R. DEVARAJAN M.D.(s).**

Siddha system has its own lot of specialities compared to other medical systems. The Unique dimension portrayed in siddha literature includes Kayakarpam, Yoga, Vayudharanai, preventive measures (Noi Anuga Neri Ozhukkam) easy to be carried out daily.

Ageing refers to any situation in which people are negatively judged not by their behaviour or personality but by their age are inaccurately described feeble or rigid. An attempt is being made to enlighten the concept regarding psychological impacts in older age, and the related facts like an ageing population - physical development-health factor - mental health and ageing - cognitive development-social interaction and adjustment - personality development - organ functioning which can be interpreted with the siddha aspects.

This paper deals exclusively with the interpretation of age related cognitive and physical declines in older age in relation to three vital life humours namely Vali, Azhal and Iyam, evaluation of dearangements in these constituents, siddha diagnostic tools and management of these impacts with Kayakarpam, Yoga Practice, Vayudharanai (Sarapazhakkam) and Psychological counselling and certain specific therapies.

---

* P.G. Student, Noi Naadal Department, Govt. Siddha Medical College, Palayamkottai

** Asst. Lectures, P.G. Noi Naadal Department, Govt. Siddha Medical College, Palayamkottai.

*** Head of P.G. Noi Naadal Department and Vice Principal, Govt. Siddha Medical College, Palayamkottai.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

COMPLIANCE OF SIDDHA MEDICINE IN GERIATRIC POPULATION TO COMBAT AZHAL KEEL VAYU

Geriatric population is a specific group when considered with treatment and drug interactions. Compliance is not accorded in therapies with maximum adverse effect. Siddha is said to be one of the medical system which complies with the geriatric community by assuring health care with minimal and negligible side effects. The compliance is measured with a survey research in which questionnaire are used as a tool for research. The questionnaire is circulated among patients and doctors who are involved in treatment of Azhal keel vayu. Data arrived are published as results and discussed.

Parteeban. P©, Anadan .T ∞
Priyadurga .G® , Vanathi .V.S® & Sathiya Rajeswaran .P ∞

© - Reader, Dept. of Maruthuvam GSMC, Chennai

® - per IInd year Students

∞ - Research Officer

∞ - T. Anandan, Asst. Director

பொன்னாங்கண்ணிக் கீரை போற்றியுணக் கற்பமுறை
பொன்னாங் கணிக்கீரை போதுமோ – பொன்னா
யிருப்தி லக்கமதி யேற்பத் தியத்தை
யிருப்தி லக்கமதியே.

வற்றாக் குமரிதன்னை வற்றலென வுண்ணினுஞ்சீர்
முற்றாக் குமரியென மூளுமே – நற்றாங்குந்
திண்மையு மல்லாத் தெரிவையமேயானாலு
முண்மைமிகு நூறாமா யுள் (தே.வெ)

SIDDHA PATTRU PREPARATIONS IN THE MANAGEMENT OF MUSCULO SKELETAL DISEASES OF GERIATRIC PEOPLE

Dr.S.SRIDHAR; B.S.M.S, M.Sc, Ph.D (Siddha medicine)

Introduction:

PATTRU in Siddha Medicine :

It is a known fact that our Traditional Siddha system of Medicine has provided time tested therapies both in the form of Internal medicines and External medicines. But a lot of Interest is shown by the scientific community for studying the Internal remedies than the cure provided by external medicines.

Eventhough Siddhars had formulated a lot of medicines for external usage Siddha practitioners use them very sparingly. One such external application which is a boon for geriatric patients is **PATTRU** medicine , which is a specialized treatment suggested by siddhars for complaints of the musculo skeletal system.

Though Internal medicines provide much relief to the aged people, they cause mild side effects in the geriatric people due to their reduced digestive capacity. But the pattru medicine applied locally over the area is absorbed into the skin more faster due to the softness of the geriatric skin.

Objectives of the Research Work :

Today we find that even though the world has exploited our Traditional Medicines, they have been relegated to only Alternative Medicine status even in our own country.

The reason for this neglect is amply evident. It is because of lack of acceptable evidence regarding efficacy of the therapies. Evidence should be generated by the performance of well designed studies.

The current research work was designed to discuss the issues of developing an evidence base in Siddha Medicine using elegant research models, so as to enhance the acceptability of this system in the scientific world.

* * * *

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

MANAGEMENT OF CHIKUNGUNIYA IN GERIATRICS WITH SOME SIDDHA MEDICATIONS

Rajasekaran. R*, Selvarajan. S**, and Anandan. T***

In Siddha system of medicine Chikunguniya is mentioned as vatha suram. Which is a vector borne disease caused by mosquitoes and it affects all age groups. But the signs and symptoms are very severe in elderly persons.

It consists two states

1. Pyrexia state
2. Post pyrexia state

Pyrexia state

In this state, high grade of fever and severe body pain are the main symptoms.

Post pyrexia state

In this state Swelling of the joints (unilateral or bilateral) and Arthritis (Symmetrical or asymmetrical) are very common.

To treat the aove said symptoms and signs the following Siddha drugs can be used as the mentioned.

Internal administration

1. Vathasura kudineer
2. Nilavembu kudinee
3. Thirikadugu Chooranam
4. Amukkara chooranam maathirai
5. Bramananda bairavam
6. Gowrichindamani
7. Sivanar amirtham

External application

1. Pinda thylam
2. Karpoorathy thylam

The details will be discussed in the paper.

* Research Officer (Siddha) ** Research Officers (Siddha) *** Assiatant Director (Siddha)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

GERIATRIC CARE - KAYAKALPAM A SIDDHA PERSPECTIVE

Dr. M. Raja Prabagaran, M.D.(S)
Spl. Gr. Asstlect. GSMC, Chennai – 106.

Ageing is an inevitable phenomenon of life. Ageing not only brings about a continued generalized involution of the bio system. It also predisposes in aged individual to a set of diseases and disorders warranting special medical care. As such Gerontology becomes an important clinical discipline, the professional load of which is increasing due / to increase in the number of aged people in the population. Although in the context of conventional western medicine, Geriatrics is a new emerging discipline, the same existed well founded in the ancient Siddha medicine too.

Siddha Maruthuvam describe the sequences of events in ageing describing evident losses of certain bio-values with the advancing age of hundred years. Siddha system is well described a range of siddha medicines to retard ageing and to promote immunity. These medicines are essentially molecular nutrients for different organs and tissues which help in sustaining the vital nutrition and assist in repair and regeneration of the system.

Geriatrics is the branch of medicine concerned with the diagnosis treatment and prevention of diseases in the elderly and the problems specific to aging. Aging cells are more susceptible to malignant changes, and the increase in the number of aged people and consequent increase in the need for medical attention have contributed to the importance of geriatrics. Geriatrics also deals with the psychological, economic and social dimensions of old age. Geriatrics includes managing multiple diseases and developing care plans for the special health care of older people.

The main problems in aged patients are incontinence, immobility, intellectual impairment and instability. Most of the disabilities of these patients are caused by weakening of the circulatory system. Geriatrics attaches prime importance to the disturbances of motor and sensory function in old people caused by insufficient blood supply. Other problems that geriatrics takes into consideration are gastrointestinal disturbances, Osteoporosis, Respiratory problem and metabolic disorders.

Geriatric studies have shown that old age problems may also due to alterations in the functioning of the thyroid gland. Mental changes in old people may result from degenerative brain cells like, Alzheimer's Disease and Parkinson's Disease Progressive diseases like heart disease and cataracts tend to become more severe in old age. Influenza infection and exposure to cold also make the aged as sick. The weakening of the immune system may lead to an increased incidence of cancer in older persons.

Geriatric treatment evaluates the social support available to the patients, as well as their living and community conditions.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

KAYAKALPAM FOR HEALTHY AGING

Kayakalpam is a specialized field of practice in Siddha medical system as the ideal treatment for health, vitality, longevity and higher consciousness. The name is from the **kayam** (Body) and **karpam** (Rejuvenation or Transmutation). Kayakalpam frees the vital energy by purifying and nurturing the body and mind. Kayakalpam is a weapon against degenerative changes in human body.

Kayakalpam does not means restoring old to youth, it means the maintenance of youth both physically and mentally.

Regeneration and degeneration considered to be the by-product of two main cellular processes of growth (anabolic), and decay (catabolic). It is essential to bring these twin processes into equilibrium and harmony to attain an optimum cellular metabolic state and excellent health.

This is achieved by purification and nourishment to the body. Excess anabolism or overgrowth of body cells needs purification to bring it back to harmony. Purification performs the necessary excretion of metabolic toxins that enable the body systems to slow down rampant cell growth.

Excess cellular decay or death, is balanced by nourishment which enhancing the anabolic process, bringing about and maintaining a healthy rate of cellular Regeneration. The nourishment and purification are interdependent, and work synergistically to bring the human body and mind to attain good health.

Classification:

In general karpam remifies into two, namely pothu karpam and Sirappu karpam. Pothu karpam it can be taken by anyone at any time for the sake of attaining, optimum health, beauty, longevity and consciousness. It is a Preventive as well as Rejuvenative.

Sirappu karpam :

It can be taken during the period of illness and physical imbalances.

Kayakalpam is a weapon against degenerative changes in human body. It prolongs the longevity of life. Prolongation of life means that one is free from degenerative diseases during old age so as to enjoy a full span of life.

மறுப்பது உடல் நோய்
மருந்தெனலாகும்.
மறுப்பது உளநோய் மருந்தெனச் சாலும்
மறுப்பது இனிநோய் வாராதிருக்க
மறுப்பது சாவை மருந்தெனலாமே ....

திருமூலர் திருமந்திரம்.

சித்தர்களின் கூற்றுப்படி சித்த மருட்துவமே ஒரு காயகற்பமுறைதான் என்று கூறலாம். சாவை மறுக்கும் அதாவது, தடுக்கக்கூடிய மருந்தே உண்மையான மருந்து என திருமூலர் கூறுகிறார்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

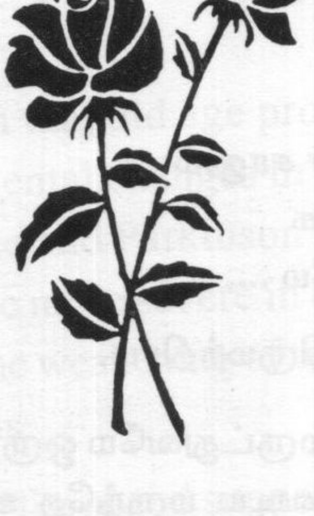
Dr.R. LATHA, Asst. Medical Officer, SKM Siddha
and Ayurvedhic Medicines India Private Ltd,
Erode.

SIDDHAR'S WAY OF MANAGEMENT IN AZAL KEEL VAYU (OSTEO ARTHRITIS)

Osteoarthritis (OA) Knee joint is the most common form of degenerative disorder that occurs during the age above 50. The most recent progress in research has significantly enhanced the knowledge of factors involved in the development of the disease and the mechanism responsible for its progression. The purpose of study are to evaluate the effect of Siddha Medication in the management of Osteoarthritis and to formulate a proper protocol for future treatment. About 90% of present old age population were affected with complaints and the following efficient drugs were given under clinical trial, which are under practice in SKM Siddha a Ayurvedha Clinic, Erode.

1. Vadamadakki Tablet
2. Kirambu chooranam + Ayagandha chendooram
3. Amukkara chooranam + Sangu parpam
4. Sivappu kukkil thailam (External application)

Since this is retrospective study, no specific scale is used. Improvement was recorded in about 90% of the subjects.



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SIDDHA TREATMENT FOR OSTEOPOROSIS

Dr. K. ANBARASU MD (Siddha)
Asst. Medical Officer
GPHC. Pappanadu
Tanjore Dist.

Introduction

Osteoporosis is one of the most important diseases which affect the elder people. The impact of the disease on elder people in recent years is increased due to the change in their life style. To cure the disease they have to change their life style and diet with proper medicine. In siddha system many herbs are indicated for bone mass development. In treatment aspect chandamarutham is prescribed for bone fracture which will be also used for osteoporosis. Since bone formation is essential for the both.

TREATMENT

In the treatment of osteoporosis, bone formation is the main criteria, which is similar to the management of fractures. When we go through the literatures in this context the only medicine which is prescribed for the management of bone fracture is Chandamarutham.

Chandamarutha chendooram 50 mg to be mixed with 5 gms powder of black gram dhal and honey to be taken twice daily for the management of fractures. The patient should take hot waterbath during the treatment. It enhances the bone formation. Therefore we can use Chandamarutham for the treatment of osteoporosis.

முள்ளு முருக்கதுதான் மோதுகின்ற சர்த்திகுன்மங்
கள்ளமறத் தீர்க்குங் கன்றசுரமும் – விள்ளரிய
அக்கரமும் போக்கு மன்ல்வாய்வேக் காடகற்றும்
மிக்க வலிகொடுக்கும் விள்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SIDDHA MANAGEMENT OF OSTEOPOROSIS IN GERIATRIC HEALTH CARE

Elankani. P*, Selvarajan. S, Suresh .A**, Saroja .P.R**
Sathya Rajeswaran .P**, Anandan .T*** and Ganapathiraman .K******

Osteoporosis literally measn increase porosity of Bones. It is described as a systemic skeletal disease characterized by low bone mass and micro architectural detoriation of bone tissues with a consequent increase in bone fragility and susceptibility to fracture. To diagnose the osteoporosis Bone mineral density is a golden standard marker. WHO defines T Score up to - 1SD is normal. Above -1 and upto -2.5 SD is Osteopenia. Above -2.5 SD is Osteoporosis. T score above -2.5 SD with one or more fracture is considered as a severe osteoporosis.

It can be prevented by regular exercise and regular exposure to the evening sunlight to trigger Vitamin D the pro Harmone for calcium synthesis. Regular use of immuni modulators like Amukkura (*Withania sominifera*), Seenthil *(Tinospora cordifolia),* Thanneervittan kilangu *(Asparagus racemous)*, Pirandai *(Cissus quadrangularis)* and Nathaisoori (*Spermacose hispida*). Consume liberally the soya products which contain Phytoestrogen and calcium rich food items. Consume the uterine tonics like Ashoku *(Saraca indica),* Velli Lothira Pattai *(Symplocos racemosus),* Thanneervitan kizhangu *(Asparagus racemosus)*. Consume liberally the leafy vegetables and greens. Eat liberaly Pomegranates, carrot, fennel, walnut, fish oils like cord liver oil and honey.

---

* Research Officer **(Siddha)**

** Research Officers (Siddha)

*** Assiatant Director (Siddha)

**** Director (Siddha)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AYA BRINGARAJA KARPAM - A Boon for Geriatric Practice

*H. Nalini Sofia**, *K. Manickavasakam***, *Thomas M. Walter**

The Siddha System of medicine is regarded as the most unique system especially in the preparation of "Kaya Kalpa" drugs. The scope of the Kaya Kalpa treatment is two fold, one is to cure degenerative diseases and the other is to prolong the life span. A study of the Siddha science for longer life and "Kaya Kalpa" treatment is a weapon which is preventive as well as constructive especially for the Geriatric people.

The objective of this study is to discuss the scope of Aya BringaRaja Karpam and its therapeutic efficacy in treating geriatric diseases. Aya BringaRaja Karpam is suggested as an effective drug for pandu Noi and is presently used by Siddha physicians to treat the same. Further more this drug gives much scope to treat other ailments pertaining to Geriatric practice. It is concluded that the drug Ayabringa Raja Karpam has got significant role in preventing iron deficiency in Geriatric case and also facilitates prevention of ageing by promoting cellular oxidation and enhancing functional activity of all organs without producing any untoward effects. This is only a preliminary study and more research has to be carried out to explore this wonderful drug and its appliation in Geriatrics.

---

* Siddha Physician, Chennai. dr.nalinisofia@gmail.com

** Professor & HOD, National Institute of Siddha, Chennai.

*Asst. Lecturer. Dept. of P.G. Gunapadam, Govt. Siddha Medical College Palayamkottai.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

COMMON HERBS USEFUL IN GERIATRIC HEALTH CARE

Dr. M. RADHIKA, BAMS.,
AMO Ayurveda Aaghim, Chennai - 600 106.

Geriatrics is the medical speciality which deals with the problems of the elderly. This area is even more difficult to handle for medical practitioner because - the human body (inclusive of all body tissues) has stopped any growth and had attained the degenerative stage. Ayurveda the well known sceince of life also includes with great importance this area of medicine VIZ., **Jara Chikitsa** and forms one of the eight major branches of Ayurveda i.e., **Ashtangas of Ayurveda.**

Life Expectancy and Average Life Span is in the increasing in the last few decades due to various advancements in medical specialities and never the less our very fast and stress full lives in youth is also a major cause, for the steep increase in the difficulties faced by the elderly.

Every area in todays society has always recognized and respected the elders and given them a status of Senior Citizens and facilities like concession in travel tariff and separate short Q's and special interest rates offered by banks. So also we as Medical fraternity should offer our best of them.

This paper is an attempt to throw light on the commonly available herbs and their usefulness in geriatric care. How these herbs can be used regularly and on what principles these herbs are useful in the area of geriatric health. Commonly and easily available herbs like. Amrutha, mandookaparani etc., are dealt with.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AGEING AND DISEASE

முதுமை ஒரு சாபம் அல்ல ; அது ஒரு வரம்.

Dr. V. LAKSHMIPATHI RAJ MD.,
Asst. Medical Officer (Siddha)
Govt. Hospital, Jallipatti - 642 112
Mobile : 94438 21546

Dr. PA. SRIPAPPI M.D.,
Siddha Consultant,
Vethanthri Maharisi
Siddha Vaithya Salai,
Udumalpet - 642 126
Mobile : 9442418472

While ageing is an experience common to all, the response of an individual to growing old depends more upon the previous pattern of life than upon anything in the ageing process itself. Scientists maintain that the onset of ageing was the result to auto-intoxication due to loss of normal balance between anabolism and cata bolism.

Theories of Ageing :

No single cause of ageing has been found.

- Some gerontologists believe that ***extrinsic*** wear and tear eventually causes malfunction within different tissues, at a rate dependent on each particular individual's genetic background and environment.
- Others regard the main underlying causes of malfunction as ***intrinsic*** to the ageing tissue and programmed to occur, like the running down of a ***biological clock.***

In this paper the author discuss about ageing and disease in Siddha and Modern concepts alongwith Remedy.

மன்னனையுங் கையெடுக்க வைத்தெயிற்றி னேயகற்றி
யுன்னு பிணிப்பணியை யோட்டுதலாற் – சொன்னே
எருக்கெனவே பூமி யினிலே விளங்கும்
அருக்க மருக்கனென லாம். (தே. வெ)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

PROMOTION OF PHYSICAL AND MENTAL HEALTH "LIFE-STYLE IN GERIATRICS"

* S. KABIR DASS
* K. FIRTHOUSE FATHIMA
** Dr. K. SASI MD(S).,

GERIATRICS is the branch of internal medicine that focusses on health care of the elderly people. It aims to promote health and to prevent and treat diseases and disabilities in the older adults.

Ageing is a natural process which involves the gradual degeneration of few body's organs and their functions. Health issues in older adults may also include diseases of old age, delirium etc.,

Much of the illness and disabilities in older adults are avoidable through the preventive measures such as practicing a healthy life style.

Siddha system of medicine advocates many hygenic practices, Kalpams, Dietary supplements and medicines for the prevention of Geriatric illnesses.

This paper "LIFE-STYLE IN GERIATRICS" as mainly focusses on

- Healthy life style practices
- Physical health Promotion
- Mental health Promotion
- Nutrition and Dietary supplements
- Public relationship through modern and Siddha aspect

* student of PG noinaadal
G.S.M.C., Palayamkottai.

** faculty, PG noinaadal
G.S.M.C., Palayamkottai

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SIVANARVEMBU CHOORNAM IN THE MANAGEMENT OF SENILE PRURITUS

(Senile pruritus may be related to Kajasarma Kuttam in Siddha System)

Definition

It is the common age related problem due to some structural changes in skin and related to mind related causes like stress, depression.

Sivanar vembu choornam contains sivanarvembu samoolam which is indicated kayakala drug specific to skin diseases. (Ramadevar 18 padalka) and valuluvai seeds which is proven drug for anti stress activity.

Age related changes in skin

In epidermis

1. Thickness of epidermis decreases
2. Stratum corneum loses moisture and making the skin dry and rough
3. Melanocyte number declines which reduces the protection against sun rays
4. reduction langerhan cell in skin as a result of immunity against infection declines.

In dermis

1. The fibroblast number decreases. This is the most reason for wrinkles
2. Vascularity of the skin declines and would healing slows down

Causes

1. Dry and rough skin
2. Secondary infection like bacterial usually streptcocci, fungal
3. Stresses of old age (brain, skin get same origin in embryology)
   - (a) chronic disease disability
   - (b) pain due to arthritis like diseases
   - (c) some personality trait dependant, anxious, separation social isolation.

Sivanarvembu choornam contains sivanar vemu samoolam and valuluvai seeds equal ratio.

Dose enteral route 1-2g with honey b.d

★ Sivanar vembu indicated kayakalpa drug for skin disease (Sirappu karapam) by Ramadevar. It has anti oxidant, anti tumour, anti microbial, anti histamine property.

★ Valuluvai seeds is the potential anti stress and anti oxidant property

★ Emolients like Arugan, karbogi oil should be uses along with medicine because it softening stratum corneum by increasing its hydration.

★ Avoidance of frequent using of soap
Add greens

Sabarinathan,
Asst. Medical Officer

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

RAJA LAVANA CHOORANAM FOR THE MANAGEMENT OF GUNMAM

B. Malarvizhi,
Assistant Medical Officer,
Primariy Health Centre,
Periyapalayam,
Thiruvallur D.T.

Siddha system of medicine is one of the ancient systems of medicine. In recent yeas, Siddha drugs are effectively tried in a variety of pathophysiological states. Siddha system of medicine consists of herbals, herbominerals and animal products. One such formulation is Raja Lavana chooranam (Piranarakshamirtha sindhu).It is useful for the management of Gunmam.

The signs and symptoms of Gunmam similate the symptoms described in Gunmam in Siddha system. Gunmam is one of the chronic debilitating diseases. It affects approximately 10% of Geriatric population.

மாலைக் கடுக்காய் வருணமாத் தானுணக்கா
மாலைக் கடுக்காய் மகோதரம்போ – மாலை
யடக்குஞ் சரவணநீ ராா்பித்த மாமெய்
யடக்குஞ் சரவணமே யாம்.

தாரோட்ட மப்பாலாா் சட்டகத்தை யுட்டணப்போா்த்
தாரோட்ட மப்பாலாா் சாட்சிசொலத் – தாரோட்ட
வீக்கப்பிணியசனி வேதபுல்ல மெய்க்கதையே
வீக்கப் பிணியசனி மெய்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

PROMOTION OF PHYSICAL AND MENTAL HEALTH GERIATRIC AILMENTS –NEW HOPES IN OLDEN VIEWS

* S.CHITRA * S.K.SASI

Life expectancy in India is steadily increasing and the geriatric population is booming unprecedentedly. So the age related problems, the treatment and management of such problems are much emphasized. Another important aspect which comes under the limelight is the early senility. This is mainly due to the diet modifications, sedentary lifestyle, stress, pollutions etc., where people especially in metropolitan cites encounter various age related diseases at much earlier age than expected so that their quality of life is deteriorating.

The various age related changes occurring in the cells, tissues and organs according to both siddha and modern aspects are elaborately discussed and compared. The siddha techniques and medications that are recommended to delay the age related changes are also enumerated.

Finally the geriatric diseases commonly encountered, the siddha therapeutic approach to these diseases and reasons to why the siddha medications are preferable in treating the geriatric ailments are also discussed.

---

*Assistant lecturer,
Government siddha medical college,
Palayamkcottai,
Tirunelveli

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

COMPARATIVE STUDY OF SIDDHA FORMULATION FOR THE MANAGEMENT OF AZHAL KEELVAYU

Dr. M. KRISHNAVENI M.D.(S)
Assistant Lecutuer,
Govt. Siddha Medical College, Chennai - 600 106.

Dr. MEENATCHI M.D.(S)
Assistant Medical Officer,
Villupuram Dist.

Dr. S. PREMA M.D.(S), Ph.D
Professor,
Tamil University, Tanjore.

"Anti arthritic activity of Santha sandhirodaya mathirai was taken up for assessment of Azhal keelvayu (Osteo arthritis) patients. 120 patients were selected and divided into 3 groups. I group received S.S. Pills 3 pills with Adjuvant 1gm of Thirikadugu chooranam tds with honey. II group received Thirikadugu choornam 1gm tds with honey. III group received S.S. Pill 3 tds with honey. Treatment period was 21 days without any interval. The anti arthritic effect of Santha sandirodaya mathirai alone and with adjuvant were assessed and compared with the clinical parameters such as pain, tenderness, swelling by joint circumference. The I group and III group showed more or less equal effect on Azhal keelvayu both clinically and statistically.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ROLE OF DIETARY ANTIOXIDANTS IN GERIATRIC HEALTH CARE

Vetha Merlin Kumari .H*   Manickavasakam .K   Boopathyraj. S*****

"Elderly" was once defined as being age 65 or above, but the growing number of active and healthy older people has caused that definition to expand to "young old" (65 to 75), "old old" (75 to 85), and "oldest old" (85 and beyond). Geriatric nutrition provides optimal nutrition to help delay the leading causes of death: heart disease, cancer and stroke. In addtion, dietary habits such as restricting one's calorie intake and consuming antioxidants, may increase longevity.

Kayakalpa a transformative approach to health and consciousness to prevent and free from chronic diseases. Besides rejuvenating the body, it also possesses Prophylatic action.

Antioxidants are found in varying amounts in foods such as vegetables, fruits, grain cereals, legumes and nuts. People who eat fruits and vegetables, which are good sources of antioxidants, have a lower risk of heart disease and some neurological diseases. Many medicinal plats contain large amounts of antioxidants. Antioxidants might help prevent diseases such as macular degeneration, suppressed immunity due to poor nutrition and neurodegeneration. This paper highlights the important dietary antioxidants especially vitamin-C, its role in various diseased conditions, important Kaya kalpa medicines to be used to prevent diseases and promotes physical and mental health.

Key words : Geriatric health, Antioxidants, vitamin-C, Kayakalpa.

---

*Lecturer, Maruthuvam Department, National Institute of Siddha, Chennai-7
dr.vedha@yahoo.com

**Professor & HOD, Maruthuvam Department, National Institute of Siddha, Chennai-47
dr.km. vasagam@g.mail.com

***Director, National Institue of Siddha, Chennai-47

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மூட்டு நோய்களுக்கு வளையம் கட்டும் சிகிச்சை

By. Dr. D. Rajasekar M.D.(S)

முன்னுரை:

முதியோர் நோய்களில் மூட்டு நோய்கள், அதிலும் குருத்தெலும்பு நோய்கள் முதன்மையானது. வயதாக வயதாக இதன் பாதிப்புகள் அதிகரிக்கும். எனினும் இது அதிகமாக இடுப்பு, முழங்கால் மூட்டு, முதுகெலும்பு இவற்றில் அதிகமாகவும், கணுக்கால், முழங்கை இவற்றில் அதிகமாகவும் ஏற்படும்.

மூட்டு குருத்தெலும்பு தேய்வு நோய் ஒரு நாட்பட்ட நாளுக்குநாள் மூட்டுகளின் இணையும் பரப்பில் குருத்தெலும்பின் முறையற்ற வளர்ச்சியினாலும்,மூட்டுகளின் பளிங்கு நிற குருத்தெலும்பு பலம் குன்றி தன் வழுக்கும் தொழிலை செய்ய இயலாது போவதாலும் ஏற்படுவதாகும்.

நோய் தோன்ற காரணங்கள்:

வளர்சிதை மாற்ற பாதிப்புகளும், சில நாளமில்லா சுரப்பி குறைபாடுகளும் குருத்தென்பு வளர்ச்சியை பாதிக்கும். தவிர மூட்டுகளை உபயோகிக்கும் முறையும் இந்நோயை அதிகப்படுத்தும் காரணி ஆகிறது.

தவிர இது வயதாக வயதாக அதிகரிக்கும் நோயாகும். வயதாக வயதாக குருத்தெலும்பு சரிவர உருவாகாமல் கீறல் விட்டும், உரிந்தும் அதன் குருத்தென்பு உயிரணுக்கள் புதிதாக வளர்வது குன்றியும், அங்கு உள்ள குருத்தென்பில் படியும் புரதமாப் பொருள்களாலான படிகப் பொருள்[proteoglycon] குறைந்தும், குருத்தென்பின் நெகிழ் திறன் குறைந்தும், அதனால் தொழில் புரியும் போது உடைவதை தவிர்க்கும் நெகிழ்வு குன்றியும் காணப்படும்.

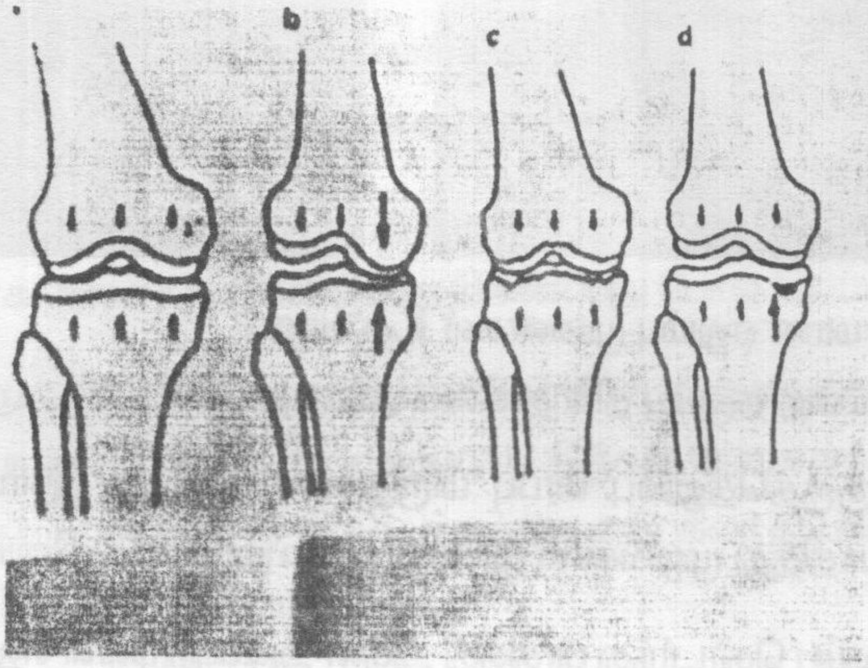
தவிர குருத்தென்பின் அடியிலுள்ள என்பு பகுதி அசாதாரணமாக உடைவதாகவும், அதனால் அது மூட்டு பரப்பிலுள்ள குருத்தென்பிற்கு போதிய அளவு துணையாக இருக்காமல் மிகவும் இறுகியதாகவும் மாறுகிறது. அதனால் அதிர்வுகளை தாங்கும் திறன் குன்றியும் போகிறது. இதன் காரணமாக பல நோய்களில் அதன் மேற்பரப்பில் உள்ள குருத்தென்பு பரப்பு பழுதாங்குவதால் பாதிப்பு அடையதக்கதாய் இருக்கும்.

நோய் உருவாக்கு இயல்:[PATHOGENESIS]

ஆரம்பத்தில் குருத்தெலும்பின் நீர் சத்து அதிகரிக்கும். அதனால் குருத்தெலும்பின் புரதமாப் பொருள்கள் படிவு பாதிக்கப்படும். ஆதனால் குருத்தெலும்பின் விறைப்பு தன்மை குறையும். எனவே குருத்தெலும்பை உருவாக்கும் உயிரணுக்கள் பாதிக்கப்படும்.இந்நிலையில் விறைப்பு தன்மை குன்றிய

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

நிலையிலுள்ள குருத்தெலும்பு அவ்வுயிரணுக்களிலிருந்து நொதிகளை உருவாக்கும். அதைத் தொடர்ந்து குருத்தெலும்பின் மேல்பரப்பில் பாதிப்புகளை உருவாக்கும். இந்த தொடர் விளைவுகளால் குருத்தெலும்பு பாதிப்பு தொடர்ந்து அதிகரித்து வரும்.



மூட்டுகளிலுள்ள குருத்தெலும்பு பரப்பு தான் பழுதாங்குவதில் முக்கிய அங்கம் வகிப்பது. அத்தகைய குருத்தெலும்பு தொடர்ந்து பாதிக்கப்படும் போது அதற்கு அடியிலுள்ள எலும்புபகுதி பழுதாங்கும் வேலையை செய்ய நேரிடும். அதனைத் தொடர்ந்து அந்த இடத்திலுள்ள குருத்தெலும்பு தொடர்ந்து மாறுபாடு அடைந்து தொடர்ந்து அங்குள்ள குருத்தெலும்பு திசு சேதமடையும்.

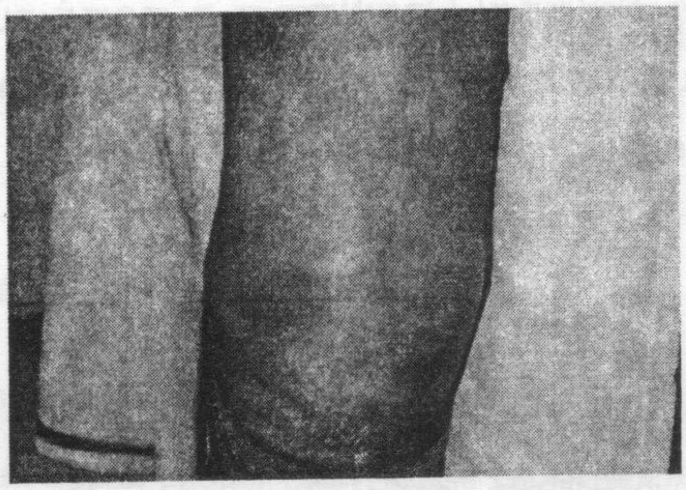
மூட்டு பரப்பிலுள்ள குருத்தெலும்பு பளு தாங்குதலில் தொடர்ந்து பாதிக்கப்படும் போது குருத்தெலும்பின் கட்டு குலையும்.அப்போது அதனைத் தொடர்ந்து குருத்தெலும்பின் அடிப்புற பரப்பிலுள்ள எலும்பு பகுதி பாதிக்கப்படும். அதனால் அவ்விடத்தில் உள்ள கண்ணறை நிறைந்த முகப்பு எலும்புகள் பாதிக்கப்பட்டு எலும்பு நீர் கழலைகள் உருவாகும். அதனால் இதன் எதிர்விளைவாக குருதி வரத்து அதிகரித்து அதிக பளு தாங்கும் இடங்கள் தடிக்கும்.

எனவே அந்த இடம் மீண்டும் குருத்தெலும்பு நிறைந்து சரி செய்ய இயலாததாய் இறுகிவிடும். எனவே மூட்டு பரப்புகள் ஒன்றுக்கொன்று பொருந்தாததாகவும்,மூட்டுகள் நிலையற்றதாகவும் ஆகிவிடும். முனைகளிலுள்ள மூட்டு பரப்பு புதுப்பிக்கப்படாமல் எலும்பு அழிவுக்கும், எலும்பு பிசிறு தோன்றுவதற்கும் காரணமாகும். இதனால் முதலில் தடித்த பரப்பு பின் மெலிந்த மூட்டுப்பரப்பாக ஆகியிருக்கும்.

நோய் இயல்:[PATHOLOGY]

1. நாளுக்கு நாள் நலியும் குருத்தெலும்பு
2. குருத்தெலும்பின் அடிப்புறம் நீர்கழலை உருவாதல்
3. சுற்றியுள்ள எலும்பு பகுதி கடினமாதல்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



4. பல வீனமான எலும்பு முனைகள் உருவாதல்

5. மூட்டு உறை தழும்பு திசு தன்மை அடைதல்

ஆரம்பத்தில் குருத்தெலும்பு பரப்பு மிருதுவாகி நலிந்து இளம் வயதுடையவர்களுக்கு முளந்தாட்ச் சில்லை பாதித்து முழங்கால் மூட்டின் முன்புறத்தில் வலியை உருவாக்கும்.

பின் குருத்தெலும்பு தொடர்ந்து பாதித்து அதன் அடிப்புறமுள்ள எலும்பு இறுகி யானைத்தந்தம் போன்ற வெண்ணிற நிலை அடையும், சில நேரங்களில் சிறுசிறு சுருள்கள் போன்ற தழும்பு நார் திசுவும் குருத்தெலும்பு பரப்பில் கலந்து காணப்படும். என்னும் மற்ற இடங்களில் குருத்தெலும்பு பரப்பு நல்ல நிலையில் இருக்கும். ஆனால் மூட்டு இணையும் பரப்பில் விளிம்புகளில் துருத்திக் கொண்டு இருக்கும் குருத்தெலும்பு பிசிறுகள் நீல நிற குருத்தெலும்பாகக் காணப்படும். பெரிதும் குருத்தெலும்பின் அடிப்பரப்பில் நீர்கழலைகள் கனமான பிசு பிசுப்பான பொருள்களால் நிறைந்து இருக்கும். மூட்டு உறை தடித்து தழும்பு திசு நிறைந்து இருக்கும். சில நேரங்களில் மூட்டு உறையின் உட்புற சவ்வுப்பரப்பில் சூடான அழற்சியும் சிவந்தும் குமிழ்களுடனும்[granulation tissue] இருக்கும்.

நோய் குறிகுணங்கள்:

நடுத்தர வயதிற்கு மேற்பட்டவருக்கு ஒன்றிரண்டு பளுதாங்கும் மூட்டுகள் பாதிக்கப்பட்டு இருக்கும் (இடுப்பு, முழங்கால் சாதாரணமாக), பெண்களில் விரல் மூட்டுகளும் பாதிக்கப்பட்டு இருக்கலாம். பல மூட்டுகள் பாதிக்கப்படுவரிடம் நோய்க்கான குடும்ப வரலாறு இருக்கும். வலியே முக்கிய குறிகுணமாக இருக்கும். வலி திடீரென ஆரம்பித்து நீண்ட காலமாக தொடர்ந்து கொண்டிருக்கும். தவிர பாதிப்பு ஓரிடத்திலும், வலி வேறிடத்திலும் உணரப்படுவதாகவும் கூட இருக்கலாம். இடுப்பு தொடைப் பொருத்து பாதிப்பு முழங்கால் வலியாக உணரப்படும். வலி உடல் பிரயாசைகளில் அதிகரித்தும், ஓய்வு நிலைகளில் குறைந்தும் காணப்படும். வலி ஏற்பட பல காரணங்கள் இருக்கலாம். மூட்டு உறையில் தழும்பு வகை திசுவில் சுருக்கம் ஏற்படும் போது அசைவுகளால் வலி கூடும். தவிர தசைத்தளர்வு எல்லா வலிகளுக்கும் முக்கிய காரணமாகும். தவிர குருதி தேங்கல்,எலும்பிற்குள் குருதி அதிகரித்த நிலை போன்றவற்றால் எலும்பில் அழுத்தம் அதிகரித்து இருக்கும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தசைகளில் நீட்டி மடக்க முடியாமல் விறைத்த தன்மை, தொடர்ந்து அத்தசைகளை செயல்படுத்திய பின் ஏற்படும். பின் அது தொடர்ந்து எப்போதும் இருக்கும் நிலையாக மாறும்.

வீக்கம் இடைவிட்டு வருவதாகவும் (நீர்கோர்ப்பில்) ,நிரந்தரமாகவும் (மூட்டு உறை தடிப்பதால் அல்லது பெரிய எலும்பு பிசிறலால்) இருந்து கொண்டிருக்கும்.

அசைவுகள் வரம்புக்குட்பட்டதாகவும்,அசைக்கும் போது கரகரப்பு ஒலி எழுவதாகவும் இருக்கும். நாளாக நாளாக அசைத்து இயங்குவது நினைப்பது போல் செய்ய முடியாது ஆகிவிடும்.

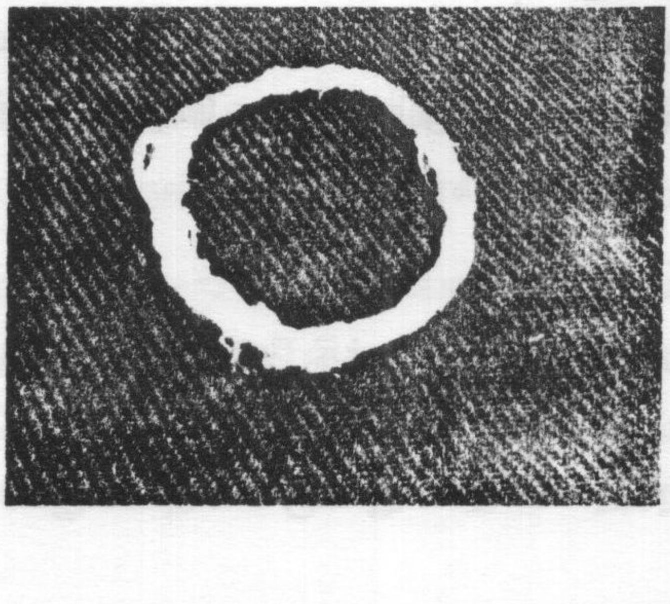
இந்த நிலையில் நோயாளி மிகவும் முடங்கி விடுவான். வலி குறைக்கும் மருந்துகளை நீண்ட நாள் நம்பி செயல்பட முடியாமல் இருக்கும் நிலை ஏற்படும். இத்தகு நோயாளர்களிடம் மூட்டுவளையம் வைத்து கட்டும் பரிசோதனையுடன் சில சிறப்பு மருந்துகளும் கலந்து பயன்படுத்தி வரும்போது நல்ல குணத்தை விரைவில் பெற முடிகிறது.

மூட்டு வளையம் கட்டும் சிகிச்சை:

வளையம் தயாரித்தல்:

22-ம் எண் உள்ள துத்தநாக கம்பியை முழந்தாள் சில்லை விட்டு 1 செ.மீ சுற்றளவில் அகலம் இருக்குமாறு வட்டமாக அளவெடுத்துக் கொண்டு மூன்று புரியாக சுற்றி வளையத்தின் முடிவுகளில் கம்பி முனைகள் குத்தி உறுத்தாத வண்ணம் அவற்றை பிரிமனை போல் நெருக்கி சுற்றி இறுக்கிக் கொண்டு, 10 செ.மீ அகலமுள்ள கட்டுத்துணியை 1 மீட்டர் நீளத்திற்கு கத்தரித்துக் கொண்டு அதனை பிரிமனையில் சுற்றுவது போல கம்பி வளையத்தில் குறுக்கு வட்டமாக நெருக்கி சுற்றி, இரண்டு முனை கட்டு துணிகளையும் இணைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

முழங்கால் வளையம்



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

பஞ்சு வைத்து வளையம் வைத்து துணி கட்டல்

தோள் வளையம்:

தோளை சுற்றிகட்டு கம்பியால் அளவெடுக்கும் போது 5 செ.மீ உயரம் விட்டு வளையம் வருமாறு அளவு எடுத்து, பின் மூன்று சுற்று வருமாறு துத்தநாக கட்டு கம்பியால் சுற்றி முறைப்படி முனைகளை குறுக்கு சுற்று சுற்றி இறுக்கி இணைக்கவும். பின் பஞ்சு கொண்டு அக்குள் பகுதியில் சுற்றி குமிழ்போல் செய்து கொண்டு அதன் மேல் கட்டுதுணி கொண்டு சுற்றி கொண்டு, பிற இடங்களை பரிமனை போல் சுற்றி அதனை தோள்களில் இருபுறமும் அணிந்து இரண்டு பகுதியையும் முன்புறமும், பின்புறமும் இணைத்து வர தோள் பொருத்தின் பல்வேறு நோய்களையும் குணப்படுத்த சுலபமாகும்.

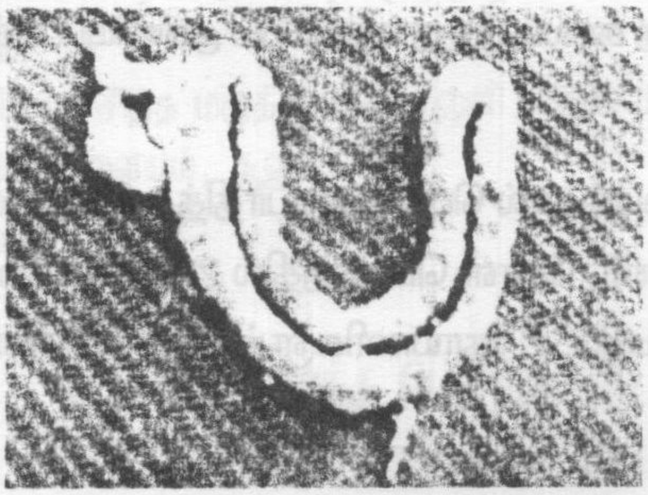
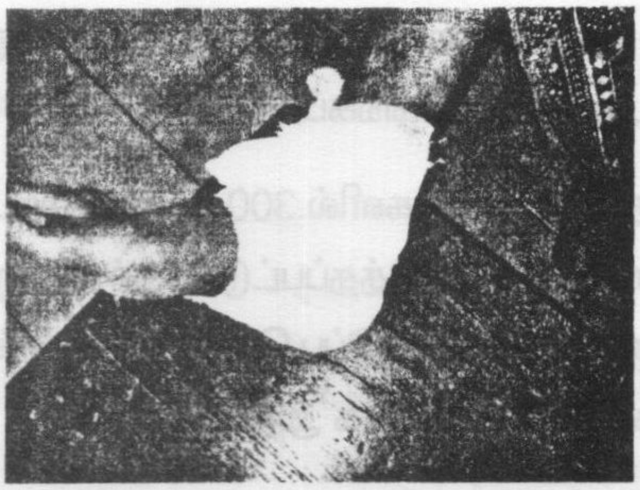
இடுப்பு தொடை வளையம்:

இதே உத்தியை தொடை இடுப்பு பொருத்து நோய்களில் சிறிது பெரிய வளையமாக செய்து ஒரு பக்க தொடை பொருத்தில் மட்டும் கட்டும் விதமாக செய்து பயன்படுத்தலாம்.

பிற மூட்டு நோய்களில்:

முழங்கை பொருத்து, கணுக்கால் பொருத்து நோய்களிலும் இந்த மூட்டு வளைய சிகிச்சை நல்ல பலனை தருகிறது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

பரிசோதனை:

இந்த வளையம் கட்டும் சிகிச்சை கடந்த பதினைந்து ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக சிகிச்சை பெற வந்த பல்வேறு மூட்டு பாதிப்பு நோயாளிகளிடமும் செய்து பார்த்ததில் உள்மருந்து,தைலங்களை மட்டும் பயன்படுத்திய போது பெற்ற குணத்தை விட நான்கு ஐந்து மடங்கு வேகத்தில் நோயை கட்டுக்குள் கொண்டு வர முடிந்தது.

இந்த சிகிச்சை நிலையற்றதாக இருக்கும் மூட்டை ஒரு வரம்பிற்குள் செயல்படுவதாக கவ்வி பிணைந்து ஒரு பாதுகாப்பு கொடுக்கிறது. எனவே அசைவுகளால் நோய் அதிகரிப்பது இல்லை. எனவே அசைவுகள் நோய் குணம் பெற உதவுவதாக அமைகிறது.

உள்மருத்துவம்:

மூட்டு குருத்தெலும்பு நோயாளிகள் முதலில் மூன்று நாட்கள் அகத்தியர் குழம்பை சுக்கு கல்கத்துடன் உண்ணும் விரேசன சிகிச்சை மேற்கொண்டு, பின்னர் ஆறுமுகச் செந்தூரம், பவள பற்பம், நாகபற்பம், அமுக்கரா சூரணம் கலந்த கலவையை தேனுடன் உண்டு வரலாம். அன்றி கோமூத்திர சிலாசத்து நெய்யில் வறுத்து பக்குவம் செய்த மருந்து 100 மி.கி. வீதம் 2 வேளை பாலில் கலந்து சாப்பிட்டு வர தரலாம்.

மருத்துவ விளைவுகள்:

இதனை தொடர்ந்து உள்மருந்தாக பயன்படுத்தி வர குருத்தெலும்பின் பாதிப்புகளில் குணம் ஏற்படுகிறது. நேருக்கு நேர் உராய்வு தவிர்க்கப்படுவதால் குணமாகும் தன்மை கூடுகிறது.

தொடை பொருத்து நோயாளிகளும், தோள் பொருத்து நோயாளிகளும் வலி குறைந்து 15 முதல் 20 நாளுக்குள் இயக்கங்களை மேற்கொள்ள முடிகிறது.இரண்டு,மூன்று மாதத்தில் பெரும்பாலும் முழு குணம் பெற முடிகிறது. முழங்கால் பொருத்து நோயாளிகள் 15 முதல் 20 நாளுக்குள் வலி குறைக்கப் பெறுகின்றனர். மூன்று மாத காலத்திற்குள் அவர்கள் இயக்கத்தில்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

பெருமளவில் முன்னேற்றம் காணுகின்றனர். மூன்று மாத காலம் இந்த வளையம் அணியும் சிகிச்சை பயன்படுத்த அறிவுரை வழங்கப்படுகிறது.

கடந்த 15 ஆண்டுகளில் 300-க்கும் மேற்பட்ட முழங்கால் பொருத்து பாதித்த நோயாளிகள், இந்த சிகிச்சைக்கு உட்படுத்தப்பட்டு பயன் பெற்றுள்ளனர். தோள் பொருத்தில் 20-க்கும் மேற்பட்ட நோயாளிகளும், தொடை இடுப்பு பொருத்தில் 15-க்கும் மேற்பட்ட நோயாளிகளும் இந்த சிகிச்சையால் பயன் பெற்றதை கண் கூடாக அறிய முடிந்தது.

முன்னுரை

இந்த வளையம் கட்டும் சிகிச்சை வேறு காரணங்களால் ஏற்பட்ட மூட்டு பாதிப்புகளிலும் நல்ல பயன் அளிப்பதை காண முடிந்தது. எனவே மூட்டு வளையம் கட்டும் சிகிச்சை முறையை ஒரு துணை சிகிச்சை முறையாக எல்லாவித மூட்டு நோய்களிலும் பயன்படுத்த முடியும்.

BY

DR.D.RAJASEKAR M.D.(S)
உதவி விரிவுரையாளர்
சிறப்பு மருத்துவம் பட்டபடிப்புத் துறை,
அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி
பாளையங்கோட்டை.
திருநெல்வேலி - 2.
செல்: 9443614933
போன்: 0462 - 2575303 (R)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Dr.R. லஷ்மி. எம்.டி (சித்தா)
முதல்வர்
ஆர்.வி.எஸ் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி மற்றும் மருத்துவமனை
கண்ணம்பாளையம், சூலூர்,
கோவை.

வயது முதிர்ந்த பெண்களின் முதுமைப் பேணுதலில் சித்த மருத்துவம்

"மாதராய் பிறந்திடவே நல்ல மாதவம் செய்திட வேண்டுமம்மா"

என்ற அவ்வைப் பிராட்டியின் கூற்று உண்மையோ இல்லையோ இன்றைய உலகில் "மாதராய் பிறந்திடவே மாபாதகம் செய்திட வேண்டுமம்மா" என்ற புலம்பல் ஒலிகள் தான் காதுகளில் ஒலித்துக் கொண்டிருக்கின்றன.

ஆனாலும் பெண்மையை போற்றித்தான் உலகம் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது என்பதற்கு சான்றுகள் பல கூறலாம்.

தாய்திரு நாடு என்று தான் கூறுகிறார்கள் தாயின் மணிக்கொடி என்று என்று தான் கூறுகிறார்கள் வந்தே மாதரம் (மாதர்+ அரம்) என்போம் – எங்கள் திராவிடத் தாயை வணங்குதல் என்போம் என்று கூறுகிறார்கள்.

அன்னையும் பிதாவும் முன்னறி தெய்வம் என்று அன்னைக்கு முதன்மை தருகின்றார்கள்

தாயில் சிறந்த கோவிலும் இல்லை தந்தை சொல் மிக்க மந்திரம் இல்லை என்று தாய்மையை பெண்மையை வழிபடும் கோவில் ஆக்குகிறார்கள். இப்படிபட்ட பெண்மையை எல்லாவற்றிற்கும் மேலான ஒரு பரம்பொருள் வடிவிலே சித்தன் சித்தரித்து காட்டிய வார்த்தை – 'சக்தி'

இந்த உலகம் முழுவதும் பரவி நிற்கும் சக்தி பராசக்தி, மகாசக்தி அதுதான் பெண்மை என்று முக்காலமும் உணர்ந்த நமது சித்தர் பெருமக்கள் அருளிச் சென்றுள்ளனர்.

அத்த பெண்மை – பெண் இனம் இன்றைய உலகில் பராமரிக்கப் படுகிறதா? அன்பின் அரவணைப்பில் சீராட்டப் படுபிறதா? முதுமை என்னும் கோலத்தில் அவர்களின் நிலை என்ன? உடல் நிலை மாற்றங்கள் என்ன? மனநிலை மாற்றங்கள் என்ன? இன்றைய உலகம் அறிவியல் ஆராய்ச்சியில் எங்கேயோ போய்க் கொண்டிருக்கின்ற வேளையிலே அன்றைய சிதத்ர்கள் அட்டாங்க யோகமும் ஆதாரம் ஆறும் விட்டேறிப் போன வெளிதனிலெ வாழ்ந்த சித்தர்கள் தெய்வீக நிலையில் நின்று மானுட முதுமையை வெல்லவும் பெண்களின் சிறப்பான முதுமை குறைபாடுகளை உடைத்து எறியவும் அள்ளிக் கொடுத்த அற்புத மருத்தவ பொக்கிஷங்கள் மனுக்குலத்திற்கு அவர்கள் அருளிய அருள் பிரசாதங்கள்.

முதுமையிலே ஆண்களை விட பெண்கள் ஏராளமான பாதிப்புகளுக்கு உள்ளாக நேரிடுகிறது. அதற்குரிய காரணங்கள் பற்பல. பூப்பு அடைவதிலிருந்து நன்மக்களை பெற்றெடுப்பதிலிருந்து பெற்ற குழந்தையை பேணி வளர்ப்பதிலிருந்து அவளது உடல் உழைப்பு குருதி இழப்பு மனச்சோர்வு அத்தனையும் ஒரு ஆணை விட பெண்ணிற்கு தான் அதிகம். இந்தச்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

சூழ்நிலையில் Modern Scientific Analysis என்ன கூறுகிறது என்று பார்க்கும் பொழுது ஆண்களை விட பெண்களின் உடல் மாற்றத்தில் பல்வேறு Biochemical Changes பெண்களுக்கு முதுமையில் விரைவாக ஏற்படுகிறது என்பதை தெளிவு படுத்துகிறது. இதன் காரணமாக ஆண்களை விட பெண்களுக்கு முதுமையில் கண் காது நோய்கள், கருப்பைக் கோளாறுகள், பெரும் பாடு சுண்ணச் சத்து குறைவு, வாத நோய்கள், புற்று நோய் எல்லாவற்றிக்கும் மேலாக மன நோய் (சூதிகா வாதம்), தணிமைப்படல் நோய் போன்ற பல்வேறு நோய்களுக்கும் உள்ளாகிறார்கள்.

முதுமையில் மகளிரைப் பேணுதலில் சித்த மருத்துவத்தின் பங்கு என்ன? என்கின்ற வினா ஏற்படுகின்ற போது முதுமை வருவதற்கு முன்பே அவர்கள் உணவு பழக்க வழக்கங்கள் அட்டாங்க யோகம் போன்ற பயிச்சிகளை சரியான முறையிலே பழக்கத்திற்கு கொண்டு வந்தால் மேற்குறிய பாதிப்புகளிலிருந்து தப்பிக்க ஏராளமான வாய்ப்புகள் உள்ளது.

பெண்களின் முதுமைப் பேணுதலில் சித்த மருத்துவத்தில் கூறப்பட்ட சில காயகல்ப உணவாதி மருந்துகளை பார்ப்போம்.

கடுக்காய் – Terminalia Chebula

கடுக்காயுந் தாயுங் கருதி லொன்றென்றாலும் கடுக்காய் தாய்க்கதிகங் காணீ – கடுக்காய் நோய் ஓட்டி யுடத்தேற்றும் உற்ற வன்னையோ சுவைகள் ஊட்டியுடத் தேற்று முவந்து (அ.கு)

தாயோ அறுசுவை உணவை ஊட்டி உடலைத்தேற்றுவாள்.

கடுக்காயோ உடற்பிணிகளை ஒட்டி உடலைத்தேற்றும்.

40 வயதிற்கு முன்பாகவே கடுக்காயை பத்திய முறைப் படி பெண்கள் பயன்படுத்துவது நன்மைதரும். முதுமை பாதிப்புகளை கடுக்காய் நீக்கும். இது காய கல்ப உணவு.

அசோகு – Saraca Asoca (Indica)

முதுமை வருவதற்கு முன்பு கடைப்பூப்பு காலத்திலிருந்து பெண்களுக்கு ஒரு வரப்பிரசாதமான உணவு மருத்துவம் அசோகு.

வாதபித்த சேத்ம வரிசை பெருமுவருக்கும்
ஆதரவாய் மெய்யிலமருமே – பூதவத்தில்
விண்பிண்டி போல விடு முடம்பை யுந்தனிக்கும்
காண்பிண்டியாம சேகம்.

முக்குற்ற உடலினர்க்கு நன்மை புரிந்து மாவைப் போல் உளுத்த உடம்பை இறுக்கி வன்மையைத் தருவது அசோகு என்று சித்தர் பாடல்களில் கூறப்பட்டுள்ளது. சூலக அழற்சி, சூலக நோய்களுக்கு அசோகு சிறந்த நிவாரணி.

சிற்றாமுட்டி – Pavonia Zeylanica

கண்களுக்கு ஒளியையும் எலும்புகளுக்கு வன்னையையும் தரக் கூடியது. இதனால் செய்யக்கூடிய குடிநீர், முடி தைலம், பிடிதைலம் போன்றவை மேற்கூறிய செயல்களை தூண்டுவிக்கும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

நிலாவாரை – Cassiasenna

மெலிந்தவர் முதிர்ந்தவர் அனைவருக்கும் சிறந்த லகுமல மிளக்கியாக பயன்படக் கூடியது.

நெல்லி – Phyllanthus Emblica

இது ஒரு காயகல்ப மூலிகை. மூப்படைந்தவரும் இளமையுடைய மாப்பிள்ளையைப் போல அழகுடன் இருக்க வேண்டின் (பெண்களுக்கும்) நெல்லிக்கனியைப் பாகம்செய்து உண்ணுதல் வேண்டும். நரை திரை மூப்பை வெல்லவல்லது. ஆயுளையும் அறிவையும் அழகையும் நீட்டிக்கச் செய்வது.

வாழை : Musa Sapientum

இதன் பூ, பிஞ்சு, காய், பழம், தண்டு அனைத்தும் மருத்துவப் பயன் உடையது. வயது முதிர்ந்த காலத்தில் வாழைக்காய் தவிர மற்ற பாகங்களை உணவாக சேர்தது்க் கொள்ளுதல் நலம் பயக்கக் கூடியது. பெண்களுக்கு எற்படக்குடிய பெரும்பாட்டு நோய்க்கு வாழைப் பூ மிகச் சிறந்தது.

வாழைத் தண்டு முதிர்வயதினர்க்கு சிற நீரகத்தை துய்மை படுத்தி சிறு நீர் பாதிப்புகளை குறைக்க வல்லது.

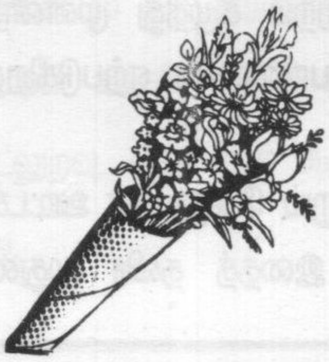
சடாமாஞ்சி – Nardostachys Jatamansi

வயது முதிர் காலத்தில் பெண்களுக்கு ஏற்படக் கூடிய மன நோய் மருத்துவத்திற்கு சிறந்த நிவாரணியாக சித்த மருத்துவத்தில் மதிக்கப் படுவது

உறக்கமுண்டாக்கி செய்கையுடன் சூதக சந்நி, சூதிகா வாதம் (Hysteria) நோயைப் போக்கக் கூடிய ஆற்றலும் இதற்குண்டு. மன அழுத்த நோய், நடுக்கம், நாம்பு தளர்ச்சி போன்றவை இதனால் முடியப் பெற்ற மருந்தால் குணமடையும்.

இளைய தலை முறை நாட்டின் தூண்கள் என்று கூறியவர்கள் மத்தியிலே முதிர்ந்த தலைமுறையினர் நாட்டின் அஸ்திவாரம் என்று கூறலாம். சரித்திரம் படைத்தவர்கள் மூத்த மக்கள் தான். வள்ளுவனின் அருள்வாக்கும், அகத்தியரின் பொதிகைத் தமிழும் வள்ளவாரின் ஆன்மீக தரிசன தெளிவுகளும், கார்திய நெறிகளும், பாரதியின் சக்தி கீதங்கதம் எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக சித்தர்களின் சிந்தனை நெறிகளும் நமக்கு நினைவூட்டுவது அவர்களின் அனுபவங்களை, கடந்து போன ஆண்டுகளின் முதிர்வுகளை அந்த அனுபவயகள், இளைய தலைமுறை தூண்களுக்கு தேவையான ஒரு அஸ்திவாரம். அந்த அஸ்திவாரத்தை பலபடுத்தப் முதியவர்களை பேண வேண்டும், அன்பு நெறிப்படுத்த வேண்டும். ஆதரவு கரம் நீட்ட வேண்டும்

அனைத்து மகிமையும் மகத்துவமும் சித்தர் பெருமக்களுக்கே!



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Dr. R. மனோகரன் எம்.டி (சித்தா)

உதவி மருத்துவ அலுவலர்

அரசினர் தலைமை மருத்துவமனை, கரூர்

முதுமையிலும் இளமை பேணல்

உலக மக்கள் தொகையில் முதியோர்களின் எண்ணிக்கை அதிகமாக உள்ளது. தற்பொழுது ஏற்பட்டுள்ள மருத்துவ துறையின் முன்னேற்றங்களால் முதியோர்களின் சதவீதம் அதிகமாக இருந்தாலும், 75 வயதை கடந்தவர்களிடையே அதிக உடல், மனநலக் குறைபாடுகள் உள்ளது. ஆகவே, மனிதனின் வாழ்நாள் அளவை அதிகரிப்பதோடு, வயது முதிர்ந்தவுடன் வாழும் வாழ்க்கை இளமையாகவும், இனிமையாகவும் இருத்தல் அவசியமாகிறது. இதற்கான வழிகளை சித்த மருத்துவத்தின் பயன்கொண்டு மக்களுக்கு சென்றடைய வேண்டும். ஆகவே, முதுமையடைதல் நீட்டித்தல், அடைந்த முதுமையில் இளமை பேணல், முதுமையில் சிகிச்சை மேற்கொள்ளல் ஆகியவற்றை பற்றி தெளிவாக ஆராய வேண்டும்.

ஒரு மனிதனின் வாழ்நாளில் முப்பது வயதை கடந்தவுடனேயே, அவனது உடல் உறுப்புகள் ஒவ்வொன்றும் முதுமையடைய ஆரம்பமாகிறது. இது ஒரு மெதுவான ஏற்ற நிகழ்வாகும். இந்நிகழ்வின் ஏற்ற வேகம் அவரவரது மரபணுக்கள், வாழும் சுற்றுச் சூழல், உணவாதி செயல்கள், இச்சாதி செயல்களைப் பொறுத்து வேறுபடுகிறது.

ஆகவே, வயது அதிகரிக்க அதிகரிக்க உடல் உறுப்புகளின் செயல்பாடுகள் குறைவடைகிறது. ஆனால் உடலில் ஏற்படும், அதாவது ஒரு மண்டலத்தின் திடீர் செயல் குறைபாடு என்பது அதன் சம்பந்தப்பட்ட நோயேயாகுமே தவிர, வயது முதிர்வின் விளைவு அல்ல என்பதை உணர வேண்டும்.

முதுமையில், உடலின் இணைப்புத் திசுக்களில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளால் தோலின் மீட்சித் தன்மை இழந்து தோல் சுருக்கங்கள் ஏற்படுகிறது. முடி உதிர்தல், முடியின் நிறம் மாறல் என்பதும் பொதுவானதே.

மூளை முன்கொம்பு செல்களின் எண்ணிக்கை குறைவதால் உடல் தசைகளின் வலு குறைதல், தசை சூம்பல் ஏற்படுகிறது. இது முறையான உடற்பயிற்சியின் மூலம் தவிர்க்கப்படலாம்.

உடல் மூட்டுகள், குறிப்பாக முழங்கால் மூட்டுக்களில் ஏற்படும் மாற்றத்தால் (Degenerative Changes) மூட்டுவலி ஏற்படுகிறது. இதேபோன்று மாற்றம் கழுத்து முன்னந்தண்டு, இடுப்பு முன்னந்தண்டு எலும்பில் ஏற்படுதலால் சகனவாதம், தண்டகவாதம் போன்றவை ஏற்படுகிறது.

முதுமையில் உடல் நலக்குறைவு மற்றும் போதுமான ஊட்டச்சத்து இல்லாமையால் உடலின் வன்மையில் (Immune System) மாறுபாடு ஏற்படுகிறது. இதைத் தவிர முதுமையில் அதிக கொழுப்புச் சத்து உடலில்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தேங்குவதால் பல பெரிய நோய்கள் ஏற்பட ஏதுவாகிறது. அதில் குருதி அமுத்த நோய், சர்க்கரை நோய், இதய நோய், கல்லீரல் நோய், பக்கவாதம் ஆகிய நோய்களால் முதியவர்கள் எளிதில் பாதிக்கப்படுகின்றன.

"ஆண்டொன்று போனால் வயதொன்று போகும்" என்ற கவியரசின் கூற்றுப்படி வயது அதிகரிப்பதை யாராலும் நிறுத்தமுடியாது. இதேபோன்று முதுமையடைதல், இதனைத் தொடர்ந்த இயற்கை மரணம் இவையும் தவிர்க்க முடியாததே. ஆனால், முதுமையிலும் உடலாலும், உள்ளத்தாலும் இளமையாக இருத்தல் அவசியமாகிறது, சாத்தியமானதே. சித்தர்கள் அருளிய நாள் ஒழுக்கம், யோகம், மருத்துவம் ஆகியவற்றை பின்பற்றுவதன் மூலம் இது சாத்தியமாகிறது.

பின்பற்ற வேண்டிய நாள் ஒழுக்கங்கள் கீழே விவரிக்கப்படுகிறது.

1. எண்ணெயிட்டு தலை முழுகும் போது வெந்நீரிலேயே குறிக்க வேண்டும்.
2. இரவில் பசும்பாலையே உண்ண வேண்டும்.
3. பகற்பொழுதில் உடலுறவும், தூக்கமும் கூடாது.
4. வயதிற்கு மூத்த மாதருடன் உடலுறவு கூடாது.
5. இளவெயில் கூடாது
6. மலம், சிறுநீர் ஆகியவைகளை அடக்கக் கூடாது.
7. இடக்கையை கீழமைத்து உறங்க வேண்டும்.
8. மூலநோய் உண்டாக்கும் காய்கறிகளை உண்ணக் கூடாது.
9. பசித்தாலொழிய உணவருந்தக் கூடாது.
10. உணவு உண்டு முடித்த பின்பே தண்ணீர் அருந்த வேண்டும்.
11. கிழங்கு வகைகளில் கருணைக் கிழங்கன்றி வேறு ஒன்றும் உண்ணக் கூடாது.
12. வாழைப் பிஞ்சு உண்ணச் சிறந்தது.
13. உண்டபின் சிறிது தூரம் குறுநடை கொள்ள வேண்டும்.
14. ஆறுதிங்கட்கொரு முறை வாந்தி மருந்தையும், நான்கு திங்கட்கொரு முறை பேதி மருந்தையும் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
15. ஒன்றரை மாதத்திற்கு ஒருமுறை நசியம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.
16. நான்கு நாட்களுக்கொரு முறை எண்ணையிட்டுத் தலை முழுக வேண்டும்.
17. மூன்று நாட்களுக்கொரு முறை கண்களுக்கு மையிட வேண்டும்.
18. வாசனைப் பொருட்களையும், பூச்சுகளையும் நடு இரவில் முகரக் கூடாது.
19. கெட்ட மலம், தூசி போன்ற பொருட்கள் உடலில் படும்படி நெருங்கக் கூடாது.
20. உணவு சீரணமாகும் சமயத்தில் உடலுறவு, கொள்ளக் கூடாது.
21. இரவில் மர நிழலில் தங்கக் கூடாது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

22. உறக்கம், உணவு, மலநீர்க் கழிவு, உடலுறவு, அழுக்காடை உடுத்தல், தலையைச் சீவுதல் ஆகியவைகளை மாலை நேரத்தில் செய்தல் கூடாது.

23. நகங்களையும், முடியையும் சுத்தமாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

அஷ்டாங்க யோகம் எனம் எட்டு அங்கங்கள் கொண்ட யோக சாத்திரத்தில் ஆசனம், பிராணாயமம், தியானம் என்பவை மூன்று அங்கங்களாகும். இதில் ஆசனம் என்பது உடலை உறுதியானதும், அகமானதும் என்றால் மூச்சுப் பயிற்சி செய்வது, தியானம் என்பது மனதை ஒருமைப்படுத்துவது ஆகும். இப்பயிற்சியினால் உடலில் இரத்தம் சரியானபடி ஓடுகிறது. இருதயம், வயிறு, எலும்பு, தசை, மூச்சு பலம், ஆயுள் பலம், புலன்களின் பலம், புத்தி கூர்மை, வாக்குபலம் ஆகியவைகள் வளர்ச்சியடைகின்றன. நோய் வராமலும், வந்த நோய்களைத் தீர்க்கவும் பயன்படுகிறது.

சித்த மருத்துவ முறைகளில் கற்ப மருந்துகள் சிறந்தவை. கற்பமென்பது உடம்பினை நோயுறாதபடி நன்நிலையில் வைத்திருந்து நரை, திரை, மூப்பு இவற்றையும் பிணிகளையும் நீக்குவதென்பர். மனிதன் இல்லற வாழ்விலானாலும், துறவற வாழ்விலானாலும் தன் உடம்பை பேனல் முதன்மையானது.

" உடம்பார் அழியில் உயிரால் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே "

என்று திருமந்திரம் கூறுவதிலிருந்து இதை அறியலாம்.

மேலும் உடம்பின் பயன் என்ற அதிகாரத்தின் ஔவைக்குறள் கீழ்க்கண்டவாறு சொல்லப்படுகிறது.

" உடம்பினாலன்றி யுணர்வுதானில்லை
உடம்பிலா லுன்னியதேயாம்
உயிர்க்குறுதி யெல்லா முடம்பின் பயனே
அயிர்ப் பின்றி யாதிரை நாடு "

உடம்பைக் கல்லைப் போலாக்குவதும், இதனால் பண்ணெடுங்காலமாயினும் கல் இருப்பது போல் நரை, திரை, மூப்பு, பிணி இவை எய்தாதது போல இருக்க செய்து கற்ப மருந்துகளாகும்.

" கற்பத்தை யுண்டால் காயம் அழியாது
கற்பத்தினாலே காணலாம் கைலையை
கற்பத்தினாலே காணலாம் சோதியை
கற்பத்தினாலே காலையுங் கட்டிடே "

– என திருமந்திரத்தில் கற்பம் பற்றி கூறப்பட்டுள்ளது.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தேனில் இஞ்சியைக் கீற்றுகளாக்கிப் போட்டு ஊற வைத்து கற்பமுறைப்படி உண்டால், நரை, திரை, மூப்பு நீங்கி வாழலாம்.

வேம்பந்துளிர், முதிர்ந்த இலை இவைகளை இடித்து இதற்கு அரைப்பங்கு ஓமம், உப்பு சேர்த்து இடித்து பொடித்து பக்குவப்படுத்தி கற்பமாக உண்ணலாம்.

பொன்னாங்கண்ணி இலையை நெய்விட்டு வதக்கி மிளகு, உப்பு சேர்த்து புளி நீக்கி பத்தியம் காத்து உணவுடன் கற்முறைப்படி உண்ண உடல் அழகுடன் நிலைக்கும்.

விளாமரத்தினது இலை, காய், பழம், பட்டை, வேர் இவற்றைக் குடிநீர், கறியாகச் செய்து புசிக்க மரணத்தைத் தடுக்கும்.

வாட்கோரைக் கிழங்கைக் கற்பமாக உண்ண நரை, திரை, மூப்பு, உண்டாக்கும் முதுமையும், வருத்தமும் நீங்கி இளமை உண்டாகும்.

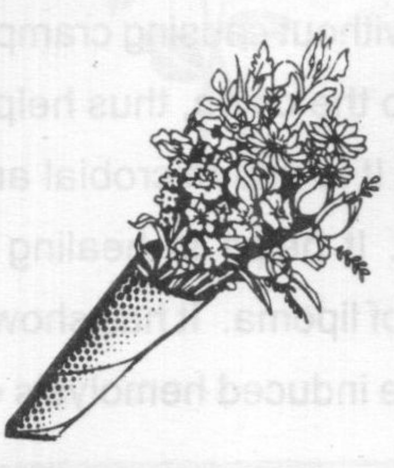
கையாந்தரைச் சமூலத்தைச் சூரணம் செய்து இளநீரில் ஒரு மாதமும், தேனில் ஒரு மாதமும் கொள்ள நரை, திரை மாறும்.

“ காலையில் இஞ்சி கடும்பகல் சுக்கு
மாலையில் கடுக்காய் மண்டலம் கொள்ள
கோலை ஊன்றிக் குறுகி நடப்பவன்
கோலை வீசிக் குலாவி நடப்பானே ”

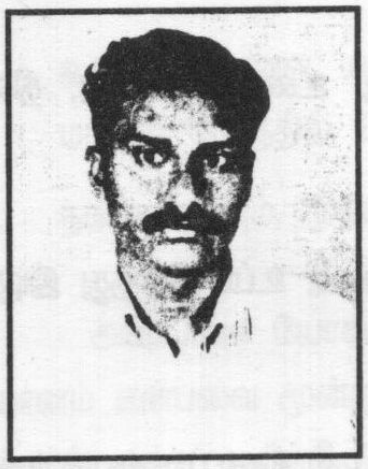
காலை : சிற்றுண்டிக்கு முன்பு இஞ்சித் தேனூறலைச் சுவைத்துப் பின்பு சிற்றுண்டி

மதியம் : உணவு உண்ட பின்பு சுக்கு தேனூறலை மென்று சுவைக்க வேண்டும்

மாலை : கடுக்காய்த் தோல் ஊறிய தேனூறலை உண்ண வேண்டும்.



AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE



Dr. N. THAMARAI SELVAN, M.D (S)
Assistant Medical Officer (Siddha),
Govt. PHC, Thathaiangarpettai,
Musiri Taluk, Trichy District.

முப்பலையும் முதியோர் நலனும்

TRIPHALA IN GERIATRIC CARE

Triphala, to the country a belief is a combination of three herbs rather than more preciously three fruits (Tri-means three, Phala- means fruit). There are,

1. Kadukkai - Terminalia chebula
2. Nellikkai - Emblica officinalis
3. Thandrikkai - Terminalia bellerica

Triphala is a wonder herbal combination that is comprehensively used by siddha physicians to treat various disorders. Though it is widely used as a laxative but there are certain secrets about triphala that are still unknown to this world. Triphala is not just a laxative, but is a powerful body stimulant that promotes health and manages overall condition of the body. It detoxifies and cleans our body to rejuvenate all the body organs making it young and energitic. These three herbs are mixed with in equal proportion by weight to obtain a benediction of God known as Triphala.

When consumed for a long period, it herps reduce excess weight. It promotes colon health and acts as a laxative without causing cramps (or) irritative. It stimulates the intestinal walls and restores tone to the colon, thus helping in the elimination process, providing a colon cleansing effect. It is anti microbial and anti inflammatory activity is useful in treatment of ophthalmia. It helps in healing ulcers in cases of pyoderma gangrenosum and in the treatment of lipoma. It has shown in vitro anti oxidant activity. It is effective in preventing superoxide induced hemolysis of the red blood cells.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Benefits of Triphala :

* Triphala corrects constipation, cleanses and tonify the Gastro Intestinal tract.
* Detoxifies the whole body and improves digestion and assimilation.
* Triphala reduces high blood pressure and hyper glycemia and improves blood circulation.
* Triphala is also helpful in liver disorders, acts as an expectorant and corrects diverticulties.
* Very effective in Irritable Bowel Syndrome and Ulcerative Colitis.
* Highly anti-inflammatory, anti-viral and also stimulates bile flow and peristalsis.

So we have taken 1gm of triphala choornam (powder) twice a day or once a day from 40 age, get good health as well as refresh our body and soul also.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மரு.எம்.எஸ்.சுகுமார்
சிறப்பு தேர்வுநிலை உதவி மருத்துவ அலுவலர்

முதுமையிலும் இளமை பேணுதல்

முதுமையில் இளமை பேணுதல் என்ற தலைப்பில் என்னிடம் இககட்டுரையை அமைத்துத் தருமாறு பணிந்துள்ளார்கள். முதுமையானவன் என்ற காரணத்தாலா? அல்லது தலைப்பின்படி முதுமையில் இளமையுடன் உள்ளேன் என்ற நம்பிக்கையுடனா?

முதுமை என்பது நமது உடலிற்குத்தான் உள்ளத்திற்கு அல்ல. ஆண்டொன்று போனால் வயதொன்று கூடும் என்று கவிஞர் பாடிச் சென்றுள்ளார். வருடாவருடம் பிறந்த நாள் கொண்டாடும் போதே நமது வயதினை எச்சரிக்கை செய்கின்றது. நாம் என்றும் இளமையுடன் இருப்பதற்கு உண்டான வழிமுறைகளை இனி பார்ப்போம்.

உடற்பயிற்சி :

தினமும் இலகுவான உடற்பயிற்சி குறைந்த பட்சம் அரை மணி நேரமாவது செய்து வருவது நல்லது.

தியானம் மற்றும் யோகா :

நாம் பிறந்தது முதல் இன்றுவரை நமது வயதிற்கு ஏற்ப துணிமணிகளை அணிவதைப் போல சில குறிப்பிட்ட வியாதிகளையும் சந்தித்தே ஆக வேண்டும். இது இயல்பான ஒன்றே அதேபோன்று முதுமையிலும் சில உடற்கோளாறுகள் வருவது இயற்கையே. நமது நல்லொழுக்கத்தாலும், உணவு முறைகளாலும், மேற்சொன்ன வழிமுறைகளை கடைபிடிப்பதாலும் நோய்களை அண்டவிடாமல் வருமுன் காத்துக் கொள்ளலாம். நமது மருத்துவரின் ஆலோசனையின்படி நடந்து கொண்டால் என்றும் சிக்கலில்லை.

சிரிப்பே சிறந்த மருந்து :

நமது அன்றாட வாழ்வில் வேலைப் பளு, விலைவாசி உயர்வு, மின்சாரம் தட்டுப்பாடு போன்ற காரணங்களால் சிரிப்பு என்றால் என்ன? என்று கேட்கும் நிலையில் பலர் உள்ளனர். நன்றாக மனம்விட்டு சிரிப்பதால் மூளைச்சோர்வு, மன அழுத்தம் நீங்கும். மனம் மகிழ்ச்சியுடன்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

இருப்பவர்கள் தமது வேலையிலும் சுறுசுறுப்புடன் இருப்பார்கள். உடன் பணிபுரிபவர்களையும் புன்சிரிப்புடன் வேலை வாங்கி பாருங்கள். இதன் அர்த்தம் புரியும். தம்மைச் சுற்றி நண்பர்களோ அல்லது உடன் வேலை பார்ப்பவர்களோ இருக்குமாறு பார்த்துக்கொண்டால் நல்லது. தனிமையாக எவரொருவர் இருந்து வருகின்றாரோ அவருக்கு சிரிக்க முடியாது. கவலைகள்தான் முதலில் வந்து நிற்கும். பெரிய பெரிய நகரங்களில் பார்த்தால் இதற்கென்று ஒரு அமைப்பை ஏற்படுத்தி குறிப்பிட்ட இடத்தில் குறிப்பிட்ட நாளில் ஒன்று கூடி நகைச்சுவையை பகிர்ந்து கொண்டு சிரித்து மகிழ்வார்கள். அவர்களை சற்றே கவனித்தால் முதுமையில் இருப்பவர்களே அதிகம் இருப்பார்கள். அவர்களது நடை, உடை, பேச்சு அனைத்தும் இளமையுடனே இருப்பதை காணலாம்.

நாம் நமது குடும்பத்தாருடன் தினந்தோறும் ஒன்றாக கூடிப் பேசுகிறோமா? என்று பார்த்தால் இல்லை என்பதுதான் பதிலாக வரும். ஒவ்வொருவருடைய வேலை நேரம், அலுவலகப் பணி சுமை போன்ற பல காரணங்களை சொல்லுவார்கள். நான் எனது இல்லத்தில் இரவு உணவு உண்ணும் சமயம் எனது குடும்ப உறுப்பினர்கள் அனைவரும் ஒன்றாக அமர்ந்துதான் உண்ணுவோம். எல்லோரும் வருவதற்காக காத்திருந்து உணவு அருந்துவோம். அதுசமயம் மனம்விட்டு பேசிக் கொண்டோ அலுவலகம் மற்றும் பொதுநிகழ்ச்சிகளைப் பற்றி பேசிவிட்டுத்தான் உறங்கச்செல்வோம். மேலும் நமது தொலைகாட்சி நிகழ்ச்சிகளிலும் நான் சொன்ன நகைச்சுவைக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்து எல்லா தொலைக்காட்சி சேனல்களிலும் பலவித தலைப்புகளில் நகைச்சுவை காட்சிகளை ஒளிபரப்புகிறார்கள். இதனைப் பார்த்து விட்டாவது உறங்கச் செல்வது நல்லது.

நமது பொருளாதாரம் நன்றாக இல்லை. இப்படிப்பட்ட சூழ்நிலையில் எப்படி நகைச்சுவை உணர்வு வரும், கவலைதான் வரும் என்று நீங்கள் கேட்பது புரிகிறது. நகைச்சுவை உணர்வு என்பது மனம் சம்மந்தப்பட்டது. பணம் சம்பந்தப்பட்டது அல்ல. சிரிப்பிற்கு பணம் வேண்டாம். மனம் இருந்தால் போதும். சிரியுங்கள் சிரியுங்கள் சிரித்துப் பாருங்கள். உங்கள் மனம் இலேசானதை உணர்வீர்கள். மனச்சுமை குறைந்தால் தைரியமும் தெம்பும் வரும். அப்புறமென்ன முதுமையில் என்றும் இளமையே !!

நமது நண்பர்களை அடிக்கடி சந்தியுங்கள். மனம்விட்டு பேசுங்கள். உங்களது பேச்சில் குடும்ப உறவின் முறையோ, பொருளாதாரம் பற்றியோ, அரசியலோ இல்லாது பார்த்து கொள்ளுங்கள். மீதமுள்ளவை என்ன? இனிய நினைவுகளே. எப்பொழுதும் மனதினை ஒருநிலைப்படுத்துங்கள்.

இந்த கட்டுரையை எழுதும் எனக்கு வயது என்ன? என்று கேட்பீர்களானால் எனக்கு வயது தற்சமயம் 25 முடிந்து 26 ஆகிறது என்று கூறுவேன். அடுத்த வருடம் கேட்டாலும் இதே

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

பதில்தான். எப்படி எனது பதில்? சிந்தியுங்கள். மீண்டும் மறுமுறை இனிய சந்தர்ப்பத்தில் வேறு தலைப்பில் பேசுவோம்.

சிரிப்பிற்கு ஒரு டிப்ஸ் :

நீங்கள் அனைவரும் இம்சை அரசன் 23ம் புலிகேசி படம் பார்த்திருப்பீர்கள். அதில் ஒரு சிறிய பாகத்தினை நினைவூட்டுகிறேன். மன்னன் 23ம் புலிகேசி (வடிவேலு) வந்துகொண்டு உள்ளார். உடன் மந்திரியும் வருகிறார். காவலாளி எங்கோ மேல் நோக்கி பார்த்துக் கொண்டு இருப்பார். அதிலிருந்து வரும் வசனங்களை அப்படியே உங்களுக்கு தோதாக, நீங்கள்தான் மன்னன், அந்த காவலாளிதான் உங்களுடன் வேலை பார்ப்பவர் என்று அப்படி மாற்றி வசனத்தை பேசிப் பாருங்கள். சிரிப்பீர்கள், சிரிப்பீர்கள் சிரித்துக் கொண்டே இருப்பீர்கள். இந்த காட்சியை என்றும் மறக்க முடியாது.

ஆண்டவனை மனதார வேண்டுங்கள், குடும்பத்தாருடன் நல்ல உறவை மேம்படுத்துங்கள். நண்பர்கள் சூழ மகிழ்ச்சியுடன் இருங்கள்.

என்றும் நீங்கள் இளமையாக இருப்பீர்கள். முதுமையிலும் இளமையாக இருப்பீர்கள்.

என்றும் இளமையுடன்,

மரு. எம். எஸ். சுகுமார்
சிறப்பு தேர்வுநிலை உதவி மருத்துவ அலுவலர்,
அரசு ஆரம்ப சுகாதார நிலையம்,
புதூர் உத்தமனூர் - 621 712,
திருச்சிராப்பள்ளி மாவட்டம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

GERIATRIC NEUROLOGY

- Prof. C. U. VELUMURUGENDRAN
H.O.D and Prof of Neurology SRMC
and RI, Porur

- Commonly seen clinical picture
- There is loss of memory- For both immediate and recent
- Elderly patients have :
  - 1> difficulty in walking
  - 2> ataxia
  - 3> upgaze palsy
  - 4> postural imbalance
  - 5> frequent falls
  - 6> urgency of micturition
  - 7> reversal of sleep pattern8> confusion
- CT BRAIN shows
  - Cortical atrophy
- Associated medical illnesses include Hypertension, Diabetes, CAD.
  NEUROLOGICAL PROBLEMS
  - 1> Stroke – Ischaemic and Haemorrhagic
  - 2> SDH – can occur even without trauma
  - 3>Tumors – Glioma
  - 4> Degenerative diseases – Alzheimers,
    Multi-infarct dementia
    FTD
    Parkinsons disease
  - 5> Dyskinesias

SEIZURES

METABOLIC ABNORMALITIES:

1: Hyponatremia

2: Hypokalemia

3: Hypomagnesemia

Thank you

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

PULMONARY CARE IN ELDERLY

Prof.Dr.S.K.RAJAN, M.D.(GM) FRCP(Glasg), D.Sc., (Hons), FRCP (Edn.)
EMERITUS PROFESSOR, FORMER DEAN,
PROF. & HEAD DEPARTMENT OF MEDICINE
STANLEY MEDICAL COLLEGE
CHENNAI 600 001

Lung function declines gradually after age of 20. Ageing reduction of respiratory reason which tends to cause only minimal symptoms in healthy people often increased the risk and severity of pulmonary disorders.

After about age 20, the number of alveoli and the number of lung capillaries gradually begin to decrease. Smoke, environmental toxins, inflammatory injury accelerates effects of ageing resulting in dyspnea.

Beginning at age 30, there is decrease in number and elasticity of parenchymal elastic fibers, which causes gradual loss of elastic recoil of the lungs. Airway size also decreases.

At the age of 55, respiratory muscles begin to weaken and the chest wall becomes stiffer (decreasing compliance). Due to loss of elastic coil, lung volume reduced.

Diffusing capacity peaks in 20s and then declines. The estrogen in women reduces the destruction of alveolar capillary tissue and therefore decline of capacity is gradual.

Antibody responses to some vaccines decline with ageing. Cellular immunity also declines with ageing. Nosocomial pneumonia is common among hospitalized elderly patients who have undergone thoracic or abdominal surgery, mechanical ventilation or tube feeding pneumonia in the elderly is often the terminal even of disease like diabetes, COPD, heart failure, malignancy and dementia. They develop more complications e.g., adult respiratory distress syndrome, emphysema, and septic shock.

Diagnosis and treatment of asthma can be more complicated in people age 65 and older than in those who are younger. They develop worse asthma symptoms and higher risk of death.

The COPD in elderly diminishes, the mobility cause social isolation, anxiety and depression. Unexplained weight loss in patients with end stage COPD is a poor prognostic sign.

Tuberculosis is emerging as significant heath problem in elderly. This causes delayed diagnosis and more advanced disease at presentation. 90% cases in the elderly represent endogenous tuberculosis i.e. reactivating of dormant infection.

Lung cancer is the most common cause of cancer related deaths among both men and women in USA. In later year, they experience pain, shortness of breath, anorexia, weight loss and depression.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

PARKINSON'S DISEASE IN GERIATRICS

*Dr.P.Manivannan, BSMS, ESI Chennai.

**Dr.K.Sathya Narayanan, MD(S)

The disease is named after English physician James Parkinson; who made a detailed description of the disease in his essay: "An Essay on the Shaking Palsy" (1817).

Clinical practice guidelines introduced in the UK in 2006 state that the diagnosis and follow-up of Parkinson's disease should be done by a specialist in the disease, usually a neurologist or geriatrician with an interest in movement disorders.

Parkinson's disease is a degenerative disorder of the central nervous system that often impairs the sufferer's motor skills, speech, and other functions.

Parkinson's disease usually affects people 55-75 yrs old.

SIGNS AND SYMPTOMS:

Parkinson disease affects Motor and non-Motor symptoms.

Motor Symptoms:

The Cardinal Symptoms are referred as "TRAP"

- Tremor - Tremors may first be only occasional, starting in one finger and spreading over time to involve the whole arm. The tremor is often rhythmic, 4 - 5 cycles per second, and frequently causes an action of the thumb and fingers known as pill rolling.
- Rigidity - Stiffness; increased muscle tone. In combination with a resting tremor, this produces a ratchety, "cogwheel" rigidity when the limb is passively moved.
- Akinesia/Bradykinesia - Respectively, slowness or absence of movement. Rapid, repetitive movements produce a dysrhythmic and decremental loss of amplitude.
- Postural Instability - Failure of postural reflexes, which leads to impaired balance and falls.

Speech & Digestive problems

- **Hypophonia:** Soft speech. Speech quality tends to be soft, hoarse, and monotonous. Some people with Parkinson's disease claim that their tongue is "heavy" or have cluttered speech.
- **Monotonic speech.**
- **Festinating speech:** excessively rapid, soft, poorly-intelligible speech.
- **Drooling:** most likely caused by a weak, infrequent swallow and stooped posture.
- **Dysphagia:** impaired ability to swallow. Can lead to aspiration, pneumonia.

Other motor symptoms

- Fatigue (up to 50% of cases);
- Masked faces (a mask-like face also known as hypomimia), with infrequent blinking;
- Difficulty rolling in bed or rising from a seated position;
- Micrographia (small, cramped handwriting);
- Impaired fine motor dexterity and motor coordination;
- Impaired gross motor coordination;
- Akathisia, the inability to sit still.

Sleep

- Excessive daytime somnolence
- Initial, intermediate, and terminal insomnia
- Disturbances in REM sleep: disturbingly vivid dreams, and REM Sleep Disorder, characterized by acting out of dream content — can occur years prior to diagnosis

Non Motor Symptoms:

- Mood
- Behaviour
- Thinking
- Sensation

CAUSES

Most people with Parkinson's disease are described as having idiopathic Parkinson's disease (having no specific cause). There are far less common causes of Parkinson's disease including genetic, toxins, head trauma, cerebral anoxia, and drug-induced Parkinson's disease.

AGING PROCESS

Most Parkinson's victims are elderly. Some studies indicate that the very elderly are not susceptible to the disease, indicating that the aging process itself is not the major player in the disease. Aging does appear to reduce the concentration of dopamine in structures called dopamine transporters, which carry the neurotransmitter back and forth between nerve cells. Some researchers posit that any excessive stress on these transporters might trigger Parkinson's disease in the aging, and more vulnerable.

Depression is the most common psychiatric problem associated with Parkinson's disease, affecting about 40% of patients because depression is a common problem in older people. Anxiety affects about 30% of patients.

RISK FACTORS

Age:

The average age of onset of Parkinson's disease is 55. About 10% of Parkinson's cases are in people younger than 40 years old. There is some evidence, however, that the risk declines significantly after age 75 and that the very elderly are at low risk.

Gender:

Some research indicates that men may face up to twice the risk as women. Estrogen may offer some protection for women up until menopause. For example, a study reported a higher rate of Parkinson's disease in women who had undergone hysterectomy. Other studies suggest that the disease also progresses more rapidly in men than women. Older women seem to be more at risk for gait disturbance and men for rigidity and tremor.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

MANAGEMENT OF INSOMNIA IN GERIATRIC HEALTH CARE

Suresh .A*, Elankani. P, Selvarajan. S***, and Anandan .T****

Insomnia is not a diesease. It is body's way of saying that something is not right. It causes trouble in sleeping, may not be able to fall asleep, may wake up during the night, or may wake up early in the morning.

Causes

1. Stress
2. Too much of caffeine
3. Depression
4. Changes in work shifts and pain
5. Certain diseases such as arthritis.

30 to 40% of adults have some amount of insomnia. As age advances the rate also increases. Females are more prone. It makes the people feel tense and anxious and irritable. It may lead to motor vehicle accident and other health problems. Sleep pattern changes with age. Adults need 8 hours of sleep. Some may need six hours and children 10 hours.

It is simple. If the cause is deducted, it goes away on its own. If it is due to stress or depression, Stress management and counselling are needed.

---

* Research Officer (Siddha) CRIS CHENNAI-106

** Research Officer (Siddha) CRIS CHENNAI-106

*** Research Officer (Siddha) CRIS CHENNAI-106

**** ASST. Director (Siddha) CRIS CHENNAI-106

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

ROLE OF SIDDHA MEDICINES IN THE MANAGEMENT OF MALIGNANCY AND BENIGN TUMOURS IN GERIATRIC CARE

Dr. R. MOHAN, B.S.M.S.,
S.G. Assistant Medical Officer,
Government Hospital,
Annavasal, Pudukkottai District.

Siddha system is one of the oldest systems of medicine in India. *The term **'Siddha'** means achievement and the **'Siddha'** were Saintly figures. They contribute some herbo mineral formulations to treat* **puttru noikal (cancer).**

Cancer (medical term : malignant neoplasm) is a class of disease in which a group of cells display *uncontrolled growth, invasion* and sometimes *metastasis.*

These three malignant properties of cancers differentiate them from benign tumors, which are self-limited, do not invade or metastasize.

Cancer may affect people at all ages, even fetuses, but the risk for most varieties increase with age. Cancer causes about 13% of all deaths.

Completed information will be furnished in the full-paper.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

GERIATRIC PRINCIPLES IN SIDDHA MEDICINE

N. Venkatappan* & K. Malliga*

Geriatrics is a relatively new branch in Modern Medicine. It is just about a century old. However, there are many references about rejuvenation and longevity in Indian systems of Medicine. In Siddha and Ayurveda, there are many prophylactic and therapeutic methods, which have been spelt for age related disorders.

The Siddha Medicine is a traditional Indian System of Medicine pioneered by Tamil sages called "the Siddhars". In Geriatrics they have explained a group of drugs 'Kalpa drugs' or 'Kayakalpa drugs'. These are further divided into general kalpa drugs and special kalpa drugs. General kalpa drugs prevent diseases and increase longevity. Special kalpa drugs are used for *treatment* of diseases of the old age such as Hypertension. Parkinsonism etc. *and* increase longevity. Many Siddhars have explained about kayakalpa drugs. The central Research Institute for Siddha has even released a book on "Siddhar kayakalpam." This paper adds some points in this regard.

Thirumoolar was one of the pioneers of Siddha medicine. He is said to have lived for 3000 years by using Astangayogam. In his monumental work 'Thirumanthiram,' he explains Astangayogam-yoga of eight parts-which when properly done gives a long and healthy life. This paper centers around longevity as propounded by Thirumoolar, explaining breathing and other exercises along with the kayakalpa drugs in relation to contemporary Geriatric Management.

* Asst. Lecturers, Govt. Siddha Medical College, Palayamkottai. Tamilnadu - 627002

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

INFLUENCE OF NEEM (AZADIRACHTA INDICA) EXTRACT ON HUMORAL IMMUNE REPONSE IN TILAPIA (OREOCHROMIS MOSSAMBICUS) INFECTED WITH PSEUDOMONAS FLUORESCENS

A. Anitha, G. Subash Chandran, G. Ganesan, M.I.Zahir Hussain, N. Sukumaran & A.G. Murugesan
Sri Paramakalyani Centre for Environmental Sciences
Manonmanian Sundaranar University
Alwarkuruchi - 627 412

Extract of Azadirachta indica is tested for possible immunomodulatory effects on a freshwater fish Oreochromis mossambicus. Groups of fish fed wity plant extracts incorporated feed were infected with Pseudomonas fluorescens at a density of 2.6×10^7 cells/ml through water medium. Blood samples were analysed in every 5 day interval up to 20th day to study the immune response.

வேலுக்குப் பல்லிறுகும் வேம்புக்குப் பல் துலங்கும்
பூலுக்குப் போகம் பொழியுங்காண் – ஆலுக்குத்
தண்டா மரையாளுஞ் சாருவளே நாயுருவி
கண்டால் வசீகரமாங் காண்.

– பதார்த்த குண சிந்தாமணி

சிலம்பமுதன் மல்யுத்தஞ் தேசிநடை கொள்ளிற்
பலம்பரவு மெய்யிறுகும் பன்னத் – துலங்குபசி
யுண்டாங் கபவாத மோடுவலி சூலையும்போம்
பண்டா மலமிறங்கும் பார்.

– பதார்த்த குண சிந்தாமணி

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

COMPLIANCE OF ELDERLY PERSONS TO SIDDHA DRUGS

Geriatric patients are well satisfied and contented with siddha drugs for major ailments like diabetes, hypertension as well as minor ailments iike constipation, dry skin etc.Most of them stictly adhere to siddha medicines because of the pleasant nature and taste of many palatable drugs like lehium ,and the relief of pain with external application of oil and pain balm.Some take this as a side line treatment along with allopathy medicines but most of them prefer only siddha medicines as a main stream therapy.The life quality of people with eating problems ,malnutrition,dizziness,syncope ,sleep disturbances ,neurologic disorders have been certainly improved with siddha drugs.

K. Nalina Saraswathi & P.Sathya Rajeswaran

Asst. Medical Officer - Siddha
Thirukovilur-PHC
Vizhuppuram Dist.

Research Officer,
CRI - Siddha,
Chennai

மஞ்சட் குளிதனக்கு மாறாத்துர்க் கந்தமொடு
விஞ்சுமுக சாட்டியமும் விட்டகலுங் – கொஞ்சலுறு
மைய மொழியு மடர்வியர்வுங் காணாது
வைய மதநூல் வகுத்து.

– பதார்த்த குண சிந்தாமணி

காலைக் கறிக்காரு ங்காரா மணியுளுந்து
தூலக் கடலை துவரையெள்ளு – கோலமொச்சை
தட்டைச் சிறுபயறு தாழ்வில் கடுகுகறி
இட்டசுக்கு காய மிவை.

– பதார்த்த குண சிந்தாமணி

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

CLINICAL EVALUATION OF BRONCHIAL ASTHMA IN GERIATRIC PERIOD

Dr. S.P. BHARATHI, Senior Medical Officer, SKM
Siddha and Ayurvedhic Medicines India Private Ltd,
Erode.

Siddhar's have put forth a number of preparation for the treatment of respiratory disorders.

According to Siddhar's concept, kabham gets aggravated during the third decade of our life. Kabam dosha can be treated by using the following combination of medicines. The present study was mainly concentrated with evaluation of efficacy of the selected therbo metalic combinations. The study was conducted for five years among the patients attending our SKM OP department. Each patient was followed up after every 15 days of tratment under open clinical study. The main drug that have been prepared in SKM pharmaceuticals which are used in the trial are

1. Amukkara choornam
2. Aya chendooram
3. Pavala parpam
4. Poornanachandrothyam
5. Thaalisadhi choornam

Criteria was based on the age group between 60-80 years (both male and female gender)

In 60% of cases	-	better improvement
10% of cases	-	moderate improvement
5% of cases	-	Mild improvement
15% of cases	-	No improvement

During assessment of patients even after five years, it has been reported no signs of recurrence of the previous condition.

The combination of drugs is considered to improve immunity, along with its anti-oxidant property. So from the trial study it can be asserted that the use of the Herbo - metallic combination of drugs has a definite effect on patients of "Iraippu Irumal"

* * * * *

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

DOCUMENTATION & STUDY IN FOLKLORE SIDDHA FORMULATION IN GERIATRIC CARE

Dr. V. Ganapathy, BSMS, M.D.
Siddha Physician and
Project Implementator Dept. of ISM
Vivekananda Kendra-NARDEP,
Kanyakumari.

Every part of our country has unique folklore household remedies particularly in rural villages. These remedies are based on our traditional ancient wisdom. 'Food is medicine and medicine is food' - This is the prime and basic theme of Siddha medicine. So traditional wisdom and Siddha medicine are highly interlinked.

VK-NARDEP is conducting a number of medical activities in southern parts of Tamilnadu. One such activity is survey and documentation on traditional siddha medicine. In this connection VK-NARDEP has documented a unique herbal household (folklore) remedy for promoting health especially old people. A novel siddha remedy is so useful for body ache, joint pain, indigestion, flatulence and tiredness. This remedy is practiced at various parts of Kanyakumari and Tirunelvli districts.

This remedy is so simple, easy to prepare, easy to applicable and is highly acceptable. This remedy has been studied with the help of Siddha literatures and compared with siddha basic principles.

Thus this paper focus on,

a) documentation study on selective formulation for geriatric problems.

b) ingredients analysis

c) Pharmacological studies through Siddha basic fundamentals

d) Community interaction studies

e) microbiological studies

The effect of remedy will be analysed through Siddha fundamentals.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

THE ROLE OF FUNCTIONAL FOODS IN GERIATRIC CARE

Natarajan Shanmugasundaram*, Anbarasi Chandrasekaran, Kanagavalli*****

In Siddha system of medicine, geriatrics is mentioned as "Moopu Iyal". The art of bestowing immortality is unique feature of Siddha system of medicine. It plays a vital role in maintaining health of elderly and emphasizes immortality. The term 'Functional food' has been described as the foods or dietary components that may provide a health benefit beyond basic nutrition. Nowadays a paradigm of functional foods for geriatric health care has been insisted.

Siddha system emphasize the significance of the food sbustances by involving diet regimen, diet restriction, uneasy combination of diet, toxic effects of foods, anti dote of food substances, etc. Siddha system put forth the functional food concept as Sirappu Karpam, 3000 years back. Sirappus Karpam is defined as the one which restores and promote health in diseased person.

The paper deals with some of the Sirappu karpam for the most prevailing geriatric ailments.

1. Vision
2. Arthritis
3. Alzheimer's disease
4. Diabetes

---

*, **Siddha Physicians, Mahizh Siddha Varma Hospital, Kolathur, Chennai.

*** Reader, Govt. Siddha Medical College, Chennai.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

THE ROLE OF SIDDHA MEDICINAL PLANTS IN THE MANAGEMENT OF GERIATRIC CARE

Selvarajan. S*, Elankani. P, Suresh .A**, Saroja .P.R****

Anandan .T*** and **Ganapathiraman .K******

Geriatrics peoples are easily prone to all types of diseases, such as arthritis, diabetes mellitus, hypertension, ischemic heart diseases, chronic obstructive pulmonary diseases and other age related problems, which are due to their mental and physical incapability. Siddhars have explained a abundant medicaments and recipes as single and compound therapies for geriatric health care.

Dr. Margaret gee has mentioned the ageing process as follows

Degenerative processes of the tissues

Narrowing of the blood vessels

Shrinkage of the skin

Siddhars have also mentioned the followings

Narai (greying)

Thirai (Shrinkage of the skin)

Pini (old age ailments)

Mooppu (senility)

These are the natural Physiological changes that occur regularly. To overcome the above stated age related problems and disease, they have used certain medicinal plants preparations processing by various methods and consuming strictly with diet restrictions. In this paper the strength and usefulness of certain Siddha medications, properties, indications and other aspects are discussed.

---

* Research Officer (Siddha)

** Research Officers (Siddha)

*** Assiatant Director (Siddha)

**** Director (Siddha)

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மலரே மருந்து

இத்தரை மீதினில் எத்தனை பூக்களோ
அத்தனை மாண்பினை இயம்பிடல் ஆகுமோ?
எத்தனை செப்பினும் மாளாதா யினும்கடு
கத்தனை சிறப்பினை கூறுவன் ஈண்டே
மல்லிகை மலரால் மயக்கம் பிறக்கும்
சொல்லவும் இயலா போகம் சிறக்கும்
அல்லிப் பூவால் வெப்பம் குறையும்
நல்வேளை மலரால் நன்மை நிறையும்
குங்குமப் பூவால் விந்து பெருகும்
தங்க மேனியைத் தந்து வளர்க்கும்
செங்கழு நீர்ப்பூ செழுமை கூட்டும்
அங்க மெல்லாம் குளுமையைக் காட்டும்
பன்னீர்ப் பூவால் இரத்தம் கூடும்
தென்னம் பூவால் சூதகம் ஓடும்
மாதுளம் மலரே வெப்பம் கொடுக்கும்
தூதுளம் மலரோ தாது கொடுக்கும்
செம்பருத் திப்பூ வெள்ளை அழிக்கும்
தும்பைப் பூவோ சந்தி ஒழிக்கும்
துத்திப் பூவால் சூகம் கரையும்
அத்திப் பூவால் வேகம் மறையும்
செந்தா மரைப்பூ வசியம் ஆக்கும்
செந்தா ழம்பூ கபத்தைப் போக்கும்
முருங்கைப் பூதான் திருமணம் புரிந்தோர்
மருங்கில் உறவின் பெருமை சேர்க்கும்
தாழை மலரால் தீபாக் கினிதீரும்
வாழைப் பூவால் வெள்ளை மாறும்
குப்பை மேனிதான் பலபிணி கொய்யும்
வேப்பம் பூவோ வன்மை செய்யும்
சூரிய காந்தி வீரியம் செய்யும்
மலராய் மருந்தாய் மனிதர்க் குதவிட
அலராய் அரும்பாய் அருள் மேவிட
மலரவன் ஈண்டு அருளிய புதையலால்
பலரவன் பயனைப் பெற்றே வாழ்வோம்.

மரு. ம. மணிவண்ணன்
மருத்துவ அலுவலர்-ஹோமியோபதி
அரசு மாவட்ட தலைமை மருத்துவமனை,
திருச்சிராப்பள்ளி-17.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

முதுமையிலும் இளமை

Dr. B. கந்தசாமி, B.S.M.S.,
டாப் செங்காட்டுப்பட்டி

"முதிராத கனி சிறக்காது
முற்றாத பயிர் விளையாது
முதுமையே முழுமை
முதுமையிலும் இளமை முழுமையிலும் மேன்மை"

வயதாலும் மனதாலும் முதிர்ச்சியானவர்களை முதியவர்கள் என்கிறோம். எனவே, மனத்தூய்மை, உடல் தூய்மை இரண்டும் கொண்டால் முதுமையிலும் இளமையானவர்கள் தான் இதனை எவ்வாறு கடைபிடிப்பது.

மனத்தூய்மை :

" மனமது செம்மையானால் மந்திரம் செபிக்க வேண்டாம் "
என்பது சித்தர் வாக்கு,

ஆக மனம் தூய்மையாக இருந்தால் கோவிலுக்கோ,
அமைதியான இடம் தேடியோ அலைய வேண்டாம்,
ஆகவே மனதை எங்ஙனம் தூய்மையாக்கவே.

தியானம் :-

நம்மை சுற்றி நடக்கும் தீச்செயல்கள், அநியாயங்கள், பாவங்கள் ஆகியவற்றை மறந்து ஒரு நட்பொருளை (அவரவர் மனதிற்கு உயர்ந்த இடத்தில் உள்ளவர்கள் தெய்வம், பெற்றோர், இயற்கை) நினைத்து ஆத்மாவை ஒரு நிலைபடுத்தி தியானத்தில் ஆழ்வது.

ஆசை :-

"ஆசையே துன்பத்திற்கு காரணம்"
- கௌதமர்

உலகில் உள்ள துன்பங்களுக்கெல்லாம் ஆசையே காரணம்
ஆசையே துறந்தால் நலமுடன் வாழலாம்.
ஆசை, கோபம், பொறாமை தவிர்த்து,
நல்ல எண்ணம், விட்டுகொடுத்தல், அமைதி (தியானம்)
பொறுமை போன்ற எண்ணங்களைக் கொண்ட
மனதால் முதுமையிலும் இளமையாகலாம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

உடல் தூய்மை :–

உடலை திட கார்தமாக வைத்தால் மட்டுமே முதுமையிலும் இளமையாகலாம், இதற்கு பல்வேறு வழிமுறைகள் உள்ளன.

உணவு பழக்கங்கள் :–

சரியான உணவு பழக்கங்களை மேற்கொண்டால் மருந்தே தேவைப்படாது.

" மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு அருந்தியது
அற்றது போற்றி உனின் "

உண்ட உணவு சீரணம் ஆனபிறகே மீண்டும் உண்ண வேண்டும் என்பன வள்ளுவர் விளக்கி உள்ளார்.

* முதல் நாள் சமைத்த பதார்த்தங்கள் அமுதாக இருந்தாலும் உண்ணக்கூடாது.
* சாப்பிட்ட உடன் குருநடை கொள்ள வேண்டும்.
* தண்ணீரை காய்ச்சியும், நெய்யை உருக்கியும், மோர் பெருக்கியும் உண்பாரின் ஆயுள் முழுவதும் இளமையுடன் வாழலாம்.

" உடம்பால் அழியல் உயிரால் அழிவர்,
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்து
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே "

உடம்பை திடமாக வளர்த்தால் உயிரையும் நீண்ட நாட்களாக இளமையாக வாழலாம் என்பது திருமூலர் கூற்று.
நோய் ஏதும் வராமல் உடலை இளமையாக வாழ காயகற்பம் முக்கியமானதாகும்.
நெல்லிக்காய், கற்றாழை, எலுமிச்சை போன்ற காய் கற்ப மூலிகைகளை முறையாக உட்கொண்டால் நோய் இல்லாமல் முழுமையிலும் இளமையாக வாழலாம்.

* மேலும், யோகாசனம், பிரணயாமம் (மூச்சிப் பயிற்சி) போன்றவற்றிலும் முதுமையில் இளமையாக வாழலாம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

தமிழ் இலக்கியங்களில் முதுமை பற்றிய செய்திகளும் அதற்குரிய தீர்வுகளும்

மரு. திருமதி. ப. லலிதாபாய் பி.ஐ.எம்
மருத்துவ அலவலர் (சித்தா-பணி நிறைவு)
250/2, பயோனியர் காலனி,
அண்ணா நகர், மேற்கு விரிவாக்கம்,
சென்னை-600 101.

கருத்துரு :

மனித வாழ்வில் நரை, திரை, மூப்பு, சாக்காடு என்ற நான்கு இயல்பான வாழ்வியல் நிகழ்வுகளும் ஒவ்வொருவருக்கும் வந்தே தீரும். ஆனால் அவரவர் சித்தர் நெறி நின்று வாழ்க்கையை நடத்தினால் இவைகளை தள்ளிப் போடலாம். வாழ்வை வசந்தமாக்கலாம். உலகில் உள்ள எல்லாப் பொருட்களும் ஐம்பூதக் கூறுபாடுகளால் ஆனது என்பது சித்த மருத்துவ அடிப்படை. இவ்வைம் பூதக் கூறுபாடுகளால் கரு உருவானதும் பின் வளர்ச்சியுற்று மனித வாழ்வில் பல்வேறு பரிமாணங்களாக வளர்ச்சி பெற்று, பின் வயது ஆக ஆக வளர்ச்சியைப் போலவே ஒவ்வொரு பூதமாக குறைந்து கடைசியில் ஆன்மா உடலை விட்டு பிரிந்து இயற்கையோடு ஒன்றி விடுகிறது.

நம்முடைய வாய்மொழி, தமிழ் இலக்கியங்களான பழமொழி, விடுகதை முதல் சங்க இலக்கியங்கள், பட்டினத்தார் பாடல், பாரதிதாசன் குடும்ப விளக்கு வரை முதுமையைப் பற்றி கூறியுள்ள செய்திகளையும் என் வாழ்வில் நடைமுறையில் கண்ட உறவு, நண்பர்களின் வாழ்வில் நடந்த நிக்ழ்வுகளையும் அதற்குரிய தீர்வுகளையும் தொகுத்து இளைய சமுதாயத்திற்கு வழங்குவதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

இருக மலங்க டங்கா விற்றுகுங்கால் மூன்றாம்
இரு மலங் கடங்காணிவை யெய்தும் – இருமச்
சமனாக் கினிசாறும் சாராநோ யீட்டம்
சமனாக் கினைசாரா தாம்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

MINIMALLY INVASIVE SURGICAL CENTRE

GVN HOSPITAL

MISC

GVN INSTITUTE OF ENDOSCOPY LASER & KEYHOLE SURGERY(GEL)

30, Babu Road, Trichy - 620 008. TN, India.

Tel : 0431 - 3291014 Fax : 91 - 431 - 2702798

E-mail : trygvn@gmail.com Web : gvnhospital.com

Keyhole Surgery

The minimally invasive surgical centre of GVN Hospital was started in the year 1996. The two wings of the centre are Endoscopy and Laparoscopy So far in the last 10 years, more than 3000 laparoscopic surgeries (KEY HOLE SURGERIES) were performed. The common laparoscopic surgeires are

PROCEDURES PERFORMED AT THE CENTRE CURRENTLY

- Laparoscopic Adhesiolysis
- Laparoscopic Append icectgomy
- Laparoscopic Cholecystectomy
- Laparoscopic Mesh Repair for Hemia
- Laparoscopic Fundoplication
- Laparoscopic Colectomies
- Laparoscopic APR
- Laparoscopic Anterior Resection
- Laparoscopic Perforation Closure
- Laparoscopic Gastrojejunostomy
- Laparoscopic Varicocelectomy
- Laparoscopic Splenectomy
- Laparoscopic Assisted Vaginal Hysterectomy
- Laparoscopic Ovarian Drilling
- Laparoscopic Ovariectomy
- Laparoscopic Myomectomy
- Laparoscopic Infertility Workup

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

SARATHA'S

N.S.B. ROAD,
TRICHY - 620 082

With Best Compliments from

RETNA GLOBAL HOSPITAL

(MULTI SPECIALITY HOSPITAL)

95/1, Pattabiraman Street, Tennur, Trichy-17

Ph : 0431-2791450/60, FAX : 0431-2793656, Mobile : +919843273704

Web : www.rghospitals.org, Email : info@rghospitals.org, rghospital@gmail.com

We have the following Facilities :

- Women & Child Care Infertility
- Clinic - IUI, IVF, ICS, TESA
- Neonatal ICU, CCU, ICU & SICU
- Andrology & Counselling
- 24 hours Trauma
- Endoscopy, Laproscopic Centre
- Dialysis, Burns Ward
- GI Bleed Control Centre
- Diabetology
- Obesity Clinic
- Hand & Plastic Surgery
- 24 hours, Lab, X-Ray, USG, Pharmacy

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

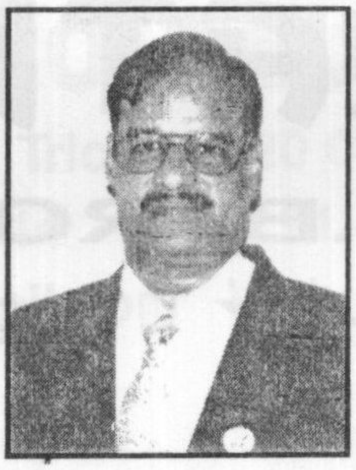
With Best Compliments from

Dr. RAMALINGAM SIDDHA CLINIC

No.5, Nathamuni Street, Shenoy Nagar, Chennia - 600 030.

Phone : 26643529, 26645970

E-mail : doctorshere@yahoo.co.in doctorshere@gmail.com



Ln. Dr. A. RAMALINGAM, B.I.M.,

(Research Officer Retd.,)

Central Research Institute for Siddha & Hospital, Chennai - 600 106.

PRESIDENT - IMPCOPS

THE INDIAN MEDICAL PRACTITIONERS' CO-OPERATIVE

Phone : 044 - 24520255

IMPCOPS
ESTD. 1944

Head Office & Factory : 34-37, Kalki Krishnamurthy Salai,
Thiruvanmiyur, Chennai - 600 041.

P.B. No. 8602 Grams : "Dasamula" Tele Fax : (044) 24523313

Phone : 24521029/24520189/24520244/24526995/24520787/24526933

Visit us at : www.impcops.org TIN : 33950920002 CST No. 45312

E-mail : impcops@vsnl.net

AUTHORISED MEDICAL ATTENDANT, Regn. No. 24468/CCIM/NEW DELHI

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

IMPCOPS
ESTD. 1944

இம்ப்காப்ஸ்

34-37, கல்கி கிருஷ்ணமூர்த்தி சாலை, திருவான்மியூர்,
சென்னை-600 041

(வைரவிழா ஆண்டு 1944–2004)

PH : 24521029/24520189/24520244/24526995, FAX : 0444-24523313, PB. NO.8602, GRAMS : DASAMULA

வைரவிழா ஆண்டு கண்டு உலக அளவில் தன்னிகரற்று விளங்கும் ஒரே கூட்டுறவு நிறுவனம் எமது இம்ப்காப்ஸ் மட்டுமே. இதன் குறிக்கோள் இந்திய முறை மருந்துகளான சித்தா, ஆயுர்வேதா மற்றும் யுனானி மருந்துகளை மிகவும் தரம் வாய்ந்த வகையில் தயாரித்து மக்களின் பிணி தீர அவர்களுக்கு வழங்குவதே ஆகும்.

பாரகம் யாவும் பசிப்பிணை அடங்கலும்
ஆதிரை இட்டனள் ஆரும்பசி அருகவென

என்ற சாத்தனாரின் எண்ணம்போல் மக்களின் நோய் பிணி தீர இம்ப்காப்ஸ் தனது தரமான தயாரிப்புகள் மூலம் மக்களின் பிணி அறவே அகல செயல்பட்டு வருவது அனைவரும் அறிந்ததே. எனவே பொதுமக்கள், மத்திய, மாநில அரசு மருந்தகங்கள் மற்றும் அவை சார்ந்த மருந்தகங்கள் எமது தயாரிப்புகளை பயன்படுத்த அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

மருத்துவ உலகில் எமது அரிய சாதனைகளில் சில.

சிறந்த ஞாபகசக்திக்கு	வல்லாரை மாத்திரைகள்
பெண்களின் முகத்தின் அழகை காட்ட	குங்குமாதி லேபம்
பெண்களின் அழகான கூந்தலுக்கு	நீலிபிருங்காதி தைலம்
என்றும் இளமையாக திகழ	ச்யவனப்பிராச லேகியம்
கட்டுடல் மிளிர	தேத்தான்கொட்டை இளகம் மற்றும் அஸ்வகந்தாதி லேகியம்

நரம்புகளை வலுவூட்டும் கூஷீரபலா தைலம் கேப்சூல்ஸ் மற்றும் தான்வந்தரா தைலம் கேப்சூல்ஸ் தற்போது விற்பனைக்கு உள்ளது.

இவற்றுடன் சாஸ்த்ரீய அடிப்படையில் மிகச் சிறந்த முறையில் தயாரிக்கப்படும் **"தங்க பஸ்பம்"** எம்மிடம் கிடைக்கும்.

மேலும் விபரங்களுக்கு எங்களது அங்கீகாரம் பெற்ற விற்பனையாளர்களை அணுகவும். மருத்துவ ஆலோசனைக்கு எமது நிறுவன வளாகத்தில் அமைந்துள் மருத்துவமனையை அணுகவும்.

Dr. M.K. தியாகராஜன், B.S.M.S.,
செயலாளர் (பொறுப்பு)

Ln. Dr. A. ராமலிங்கம், B.I.M.,
தலைவர்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

One hundred years of Touching, Caring and Relieving

Trusted over the years, and present in homes across the world Amrutanjan provides relief from the discomfort of headache, cold, sprain, muscular pain and joint pain.
Amrutanjan, a century old but a hundred years young.

AMRUTANJAN

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

In Rheumatoid Arthritis

℞ **DAZZLE**
Capsule

Safe Alternative for Long-term Rheumatoid Arthritis Management

Reduces symptom score without SIDE EFFECTS

- Relieves **Pain**
- Reduces **Swelling**
- Improves **Mobility**, reduces walking time

Stop Pain Naturally

℞ **DAZZLE**
Oil/Ointment

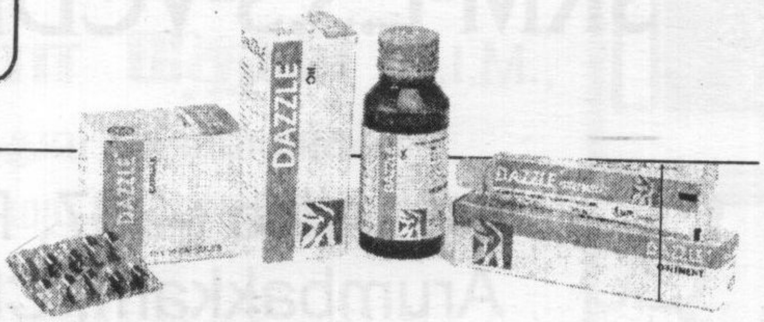
The safety enriched topical analgesic

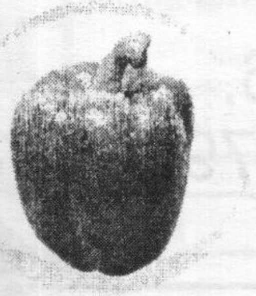
Sports Injuries

Low Back Ache

Sprain / Strain

•Instant •Effective •Safe





Capsicum annuum
Offers powerful analgesic acitivity

VASU
Healthcare Pvt. Ltd.
967/4, G.I.D.C, Makarpura, Vadodara-10
Website : www.vasuhealthcare.com
An ISO-9001 Company
Health to you, naturally!

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Complimets From

SARAVANA MARUNDAGAM

S.M. AYURVEDICS

SARAVANA MEDICARE CENTRE

STROCKIS - IMPCOPS -
SKM-L.S.S-VEDHA MEDICINE

(No : 367, P.H. Road,
Arumbakkam, Chennai-600106.
Ph : 23635218, Mobile : 9962869797

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

எங்கும் சித்த மருத்துவம்
எதிலும் சித்த மருத்துவம்

முதுமையை புறந்தள்ள
மேன்மைமிகு சித்த மருத்துவம்

வாழ்த்துகிறோம் வெல்வோம் என்றும்....

Dr. K. ஷியாமளா தேவி B.I.M.,

மாவட்ட சித்த மருத்துவ அலுவலர்கள்
மற்றும் அனைத்து உதவி மருத்துவ அலுவலர்கள்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Complimenrs From

- Advanced Open MRI
- Advanced Multislice (6 Sice) CT
- Ultra Sound
- Colour Doppler
- Echo Cardiography
- Digital X Ray (500 MA)
- Digital Mammography
- ECG
- Computerized TMT
- Advanced Clinical Lab
- Endoscopy
- Master Health Check-Up
- Pulmonary Function Test
- Digital EEG

BEST OF IMAGING

SARAVANA SCANS

810, Mount Road (Anna Salai),
Next to G.R. Complex,
Nandanam, Chennai - 35.
Ph : 044-24329358 / 59

Thangamo Thangam... With Best Complimenrs From *Thangamo Thangam...*

Lalitha Thanga Semippu

Exclusively for our VIP customers...

You pay... *You Get...*

Months	Montlly Due	Entry Gift	8th Month	Bonus	onmaturity	Total Benfit
15	Rs 1000/-	½ Gm Gold Coin	½ Gm Gold Coin	Rs 1000/-	Rs 16000/-	1 Gm Gold Coin + Rs. 1000/-
15	Rs 500/-	¼ Gm Gold Coin	¼ Gm Gold Coin	Rs 500/-	Rs 8000/-	½ Gm Gold Coin + Rs. 500/-

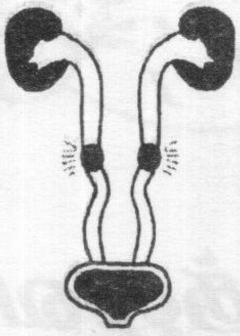
LTM

Ask for ***FREE GOLD COIN*** *while joining*

916

Lalitha Thanga Maaligai
House of 916 Jewellery

#119, Karuneegar Street, Adambakkam,
Chennai - 600 088. & : 22448757 / 22448758.
#51, Railway Station Road, Alandur,
Chennai - 600 016. & 22347883 / 22327883.
e-mail : ltm916@yahoo.com



சிறுநீரக கற்களா ?

KIDNEY STONE ?

KID-CARE ஆயுர்வேதிக் மருந்தின் மூலம்

மிகக் குறைந்த செலவில் பக்க விளைவுகள், **ஆப்ரேசன் இல்லாமல்** உடனடியாக வலி, வாந்தியை போக்கி சிறுநீரகக் கற்களை சிறுநீரிலேயே கரைத்து வெளியேற்றஅணுகவும்.

Ph : 98431 63734

சிட்டி கிட்னி மெடிசன்

Ayurvedic Mfc LIC No. : A 3564 / 03

12, குமாரனந்தபுரம், 7வது வீதி, திருப்பூர்-2. (பிஷப் ஸ்கூல் அருகில்)

NATURO HERBAL REMEDIES

Manufacturers of Herbal Products

(Siddha and Ayurveda)

Proprietor : **Dr. S. Sridhar,** BSMS, Ph.D., (Siddha Medicine)

Please Contact us for Job Work in Herbal Medicines and Herbal Cosmetics

3/33, Iyer Line, Swarnapuri, Salem-636 004.

Ph : (0427) 2446647, Fax : (0427) 2445647, Cell : 94432 44664

e-mail : drssridharsalem@yahoo.com

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

திருச்சி மாவட்ட சித்த மருத்துவ

அறிவியல் கருத்தரங்கம்

சிறப்புடன் வெற்றி பெற

வாழ்த்துக்கள்

டாக்டர் **P. கலையரசன்** M.D.(Gen.M)

சிந்துஜா மருத்துவ மனை

மதுரை ரோடு,

மணப்பாறை

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

R.V. SHEKAR, M.D.,

LANCOR®

CREATING ENDURING VALUE

LANCOR HOLDING LIMITED

VTN SQUARE, 2ND FLOOR, NO.58 (OLD NO.104)
G.N. CHETTY ROAD, T. NAGAR,
CHENNAI - 600 017.
TEL. : 91- 44 - 28345880-84
MOBILE : 98840 49123 FAX : 91-44-28345885
E-mail : legal@lancor.in Website : www.lancor.in

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மாவட்ட சித்த மருத்துவ அறிவியல் கருத்தரங்கம் சிறப்புடன் வெற்றி பெற மனமார்ந்த வாழ்த்துக்கள்......

தரமான கல்வி ! *தேவனுக்கே மகிமை !* *தன்னிகரில்லா சேவை !*

விண்மதி கல்வி குழுமம்
ஜீவன் ஆசிரியர் பயிற்சி நிறுவனம்
(D.T.Ed)
திருச்சி மெயின் ரோடு, விண்மதி நகர்,
முத்தப்புடையான் பட்டி (Po),
மணப்பாறை.
தொலைபேசி : 04332-267394

ஜீவன் கல்வியியல் கல்லூரி
(B.Ed., M.Ed.,)
திருச்சி மெயின் ரோடு, விண்மதி நகர்,
முத்தப்புடையான் பட்டி (Po),
மணப்பாறை.
தொலைபேசி : 04332-267394

S.K. ஆசிரியர் பயிற்சி நிறுவனம்
(D.T.Ed)
திருச்சி - திண்டுகல் மெயின் ரோடு,
ஆண்டவர்கோவில் அருகில்,
முத்தப்புடையான் பட்டி (Po),
மணப்பாறை.
தொலைபேசி : 04332-267674

எங்களது ஆசிரியர் பயிற்சி நிறுவனங்கள் மற்றும் கல்வியியல் கல்லூரியில் (M.Ed.,) 2008-2009 கல்சியாண்டிற்கான நிர்வாக மாணவர் சேர்க்கை நடைபெற்றுகொண்டிருக்கின்றது.

நன்கொடை இல்லை
குறைந்த கல்வி கட்டணம்
தவணை முறை வசதி
விரைந்து சேருவீர்

தனித்தனி விடுதி வசதி
கல்லூரி போருந்து வசதி
தரமான நூலக, கணினி வசதி
பயன்பெறுவீர்

நல்வாழ்த்துக்களுடன்

Dr. சாந்திராஜ் M.A.,D.Lit.,
நிறுவனர்/செயலாளர்

Dr. S. இருதயராஜ் M.A.,D.Lit.,
நிறுவனர்/தலைவர்

திரு. S.D. தங்கவேல்
நிதி அறங்காவலர்

மாவட்ட சித்த மருத்துவ அறிவியல் கருத்தரங்கம் சிறப்புடன் வெற்றி பெற மனமார்ந்த வாழ்த்துக்கள்......

விண்மதி கல்வி குழுமம் - மணப்பாறை
விண்மதியின் அங்கங்கள் :

விண்மதி மெட்ரிக் மேல்நிலைப்பள்ளி
வாகைக்குளம் ரோடு,
மணப்பாறை -621 306.
தொலைபேசி : 04332-261911
PreKG. முதல் +2 வரை
நவீன கணினி முறை பயிற்சி.
திறமை மிகுந்த ஆசிரியர்கள்.
வாகன வசதி.
நவீன ஆய்வக, நூலக வசதி

விண்மதி மழலையர் மற்றும் துவக்கப்பள்ளி.
மணப்பாறை - 621 306.
துவரங்குறிச்சி சாலை.
காவல்நிலையம் அருகில்
புத்தாநத்தம்.
தொலைபேசி : 04332-273371
PreKG.முதல் 5ம்வகுப்பு வரை
நவீன புதிய கட்டிட வசதி.
திறமை மிகுந்த ஆசிரியர்கள்.
வாகன வசதி.

விண்மதி மழலையர் மற்றும் துவக்கப்பள்ளி.
மதுரை ரோடு, துவரங்குறிச்சி
தொலைபேசி : 04332-254303
PreKG.முதல் 5ம்வகுப்பு வரை.
நவீன கட்டிட வசதி.
திறமை மிகுந்த ஆசிரியர்கள்.
வாகன வசதி.

விண்மதி இண்டஸ்டிரியல் ஸ்கூல் ஆப் கேட்டரிங் அண்டு ஹோட்டல் மேனேஜிமெண்ட்
பைபாஸ் ரோடு, மணப்பாறை.
தொலைபேசி : 04332-267241
நவீன கணினி முறை பயிற்சி.
திறமை மிகுந்த ஆசிரியர்கள்.
நவீன ஆய்வக வசதி.
SC.ST. மாணவர்களுக்கு அரசு சலுகை வசதி
சேர்க்கை தகுதி :
10, 12ம் வகுப்பி தேர்ச்சி.

நல்வாழ்த்துக்களுடன்

Dr. சாந்திராஜ் M.A.,D.Lit.,
நிறுவனர்/செயலாளர்

Dr. S. இருதயராஜ் M.A.,D.Lit.,
நிறுவனர்/தலைவர்

திரு. S.D. தங்கவேல்
நிதி அறங்காவலர்

விண்மதி கல்வி மற்றும் ஊரக வளர்ச்சி சங்கம்
விராலிமலை ரோடு, மணப்பாறை -621 306. திருச்சி. தொலைபேசி : 04332-260477

With Best Compliments from

ஸ்ரீ வெங்கடேஷ்வரா

சித்தா, ஆயுர்வேத மருந்தகம்

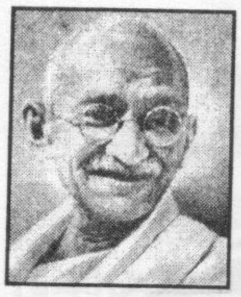
(ஏஜென்ஸீஸ்)

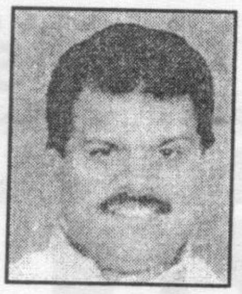
அனைத்து விதமான சித்தா, ஆயுர்வேத மருந்துகள்

மொத்தமாகவும், சில்லறையாகவும் கிடைக்கும்.

112, பெரியகடை வீதி, திருச்சி-620 008.

✆ 0431-2704734, 98426 65197, 98426 95062





முதுமையில் இளமை பேணுதல்

மாவட்ட சித்த மருத்துவ அறிவியல் கருத்தரங்கம்

பயனுள்ளதாகவும் வெற்றிகரமாகவும்

அமைய வாழ்த்துகிறேன்......

Ev.K. சரோஜா

நகர் மன்ற தலைவர், மணப்பாறை.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

A. Giriraj

With Best Compliments from

Akila
Art Gallery

தஞ்சாவூர் பெயிண்டிங்
ஓவியங்கள்
பழைய படங்கள்
கலைநயம் மிக்க
புராதானப் பொருட்கள்
வாங்க, விற்க அணுகவும்.

11, Pandamangalam, Agraharam, Woraiyur, TRICHY-620 003

Ph : 0431-2765542, Cell : 98424-65542, 94431-65542

மலைக்கோட்டை நிழலில்
மக்களின் பாராட்டில்

லக்ஷ்மி
சில்க்ஸ் & ரெடிமேட்ஸ்

மலைவாசல், திருச்சி-2.

போன் : 2712901

லக்ஷ்மி கடாக்ஷம் - இல்லமெங்கும்.... உள்ளமெங்கும்...

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

மாநாடு சிறப்புற வாழ்த்துக்களுடன்

TVM
Kaviraj

கவிராஜ் பார்மாசூட்டிகல்ஸ்
கவிராஜ் சித்த மருத்துவமனை
கவிராஜ் ஹெர்பல்ஸ்
கவிராஜ் சித்தர் கோட்டம்

T.V.M. ராஜா B.Sc, B.Pharm., (9843073163)

Dr. R. புவனேஸ்வரி
B.S.M.S., (9843273162)

23, தீரன் சின்னமலை வீதி,
கவிராஜ் டாக்டர் தோட்டம்,
மூலப்பாளையம்,
ஈரோடு-638 002.
0424 2280478, 9843181500

39, புதிய வணிகவளாகம்,
பஸ் நிலையம்,
சத்தி ரோடு,
ஈரோடு-638 003.
9843181700

அனைத்து சித்த ஆயுர்வேத மருந்துகள், மொத்தமாகவும்,
சில்லரையாகவும் கிடைக்கும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

Ph : 2253421, 4021521

Cell : 99444 44155

SHRI RAMANA MEDICAL AGENCIES

No.75, Thillai Nagar, Erode - 1.

Distributors : -

Pharmaceutical, Ayurvedic,
Siddha, Unani Impcoms

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

S. Mathivanan

Senior Branch Manager, Bank of Baroda, Tuticorin - 1

&

Dr. A. Rangaswamy

Professor of Management Studies,
Infant Jesus College of Engineering, Tuticorin District.

With Best Compliments from

The first Online Siddha Journal registered with National Science Library, Kolkatta.

Siddha Papers - Online peer reviewed Journal.

http://www.siddhapapers.org/

ISSN 0974-2522

With Best Compliments from

CAREWIN DRUGS

MANUFACTURER OF INDIAN SYSTEM OF MEDICINES

5/262, Annai Indira Nagar, 1st Street, Polpattai - West, Tuticorin-628 002.
E-mail : carewindrugs@rediffmail.com Phone : Factory : 0461 - 2346672
Fax : 0461 - 2346672 Resi : 0461 - 2346172 Mobile : 98421 99544

We welcome Loan License and Job Works

WITH BEST COMPLIMENTS FROM

RAASI MEDICALS

No. 76, South Fort Street, Virudhachalam.
phone : 04143-230064

இங்கு அனைத்து சித்தா மற்றும் ஆயுர்வேத மருந்துகள் கிடைககும்.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

AGATHIYA SIDDHA PHARMACY

No. 7, Nellikuppam Main Road, Cuddalore.

Phone : 04142 - 322244

Wholesale Distribution Of

SKM, DABUR, BIPNO, CAPRO, BAN, CHOLAYIC, AVN, AJMIL, HIMALAYA, CHARAK, SAGAR, AIRIMED, Etc.,

உ
சிவமயம்

தெய்வப்பழநியில் புகழ்பெற்றது

பழநி

பரிமளா விலாஸ்

S. சித்தனாதன்

ஜவ்வாது வாசனை விபூதி

ஸ்பெஷல் பஞ்சாமிர்தம் வாங்கி உபயோகியுங்கள்.

சித்தனாதன் சன்ஸ்

அடிவாரம், பழநி - 624 601 கடை - 242405 வீடு & ஸ்டோர் - 242406

வாழ்த்துகிறோம் !

க. மணிகண்டன் **Cell : 98427 76273**

M.S. சித்தா மருந்தகம்

16 & 17, தேர்வீதி, வைரம் லாட்ஜ் எதிரில்,

சேலம் - 636 001.

முதுமையிலும் இளமை பேணல் மாநாடு வெற்றி பெற

எனது இனிய நல்வாழ்த்துக்கள்

M. முனியப்பிள்ளை

Prop. M. நாகராஜ் பிள்ளை

நாட்டு மருந்து கடை

3வது பெரிய கடை வீதி, திருச்சி-8. போன் : 0431-2707141

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

P. Srinivasan **VIMS** **Ph : 0427 - 2332775**
6503775

Viswanathan Indian Medical Stores

4/165, Srinivasa Complex, Omalur Main Road,
Swarnapuri IInd Gate, Ram Nagar, SALEM - 636 004.
Branch : 130, Vivekananda Road, (Near Rajarathan Hospital)
Ram Nagar, COIMBATORE - 9. Phone : 0422 - 2238273

Distributors : IMPCOPS

Stockists for leading Siddha, Ayurvedha & Unani Medicines

With Best Compliments from

TRICHY X-RAYS

TRICHY - 620 002

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

With Best Compliments from

S. GANESAN
Proprietor

THE INDIAN AGENCIES

SIDDHA, AYURVEDIC WHOLESALER

Room No.3, 2nd Floor, Sendhur Complex, 207,
Periyar Street, Erode - 638 001. Cell : 9244559259 Phone : 6501748

With Best Compliments from

M. GUNASEKARAN, B.E.,M.Tech.,A.M.I.E.,D.Ac.,M.D. (Acu).,
D.M.T.,M.H.R.E.I.,

Offi : 91-461-2361762, 2360227
Fax : 91-461-2362649
Res : 91-461-2345302, 2321880
Mobile : 9244434530,9842132700

KARTHIK *Enterprises*

Exporters : Senna Leaves, Crude Drugs, Botanical & Medicinal Herbs and Spices

9A/3-1, Arokiapura Shanmugapuram, Chottaian Thoppu,
TUTICORIN - 628 002. Tamil Nadu, India.

Grams : JADIBUTI
E-mail : ttncarthik@sancharnet.in

With Best Compliments from

ERODE SIDDHA PHARMACY

275, PREP ROAD, (OPPOSITE HOTEL KANNAN), ERODE - 638 001.

SIDDHA, AYURVEDA, UNANI MEDICINES AVAILABLE

With Best Compliments from

99944 92117
2225552
2222947

விஷ்ணு பார்மா

PHARMACEUTICAL DISTRIBUTORS

ஸ்ரீ தேவி சித்தா ஏஜென்ஸி

N.K.C. காம்ப்ளக்ஸ்

8/39, அண்ணாமலை கவுண்டர் லே-அவுட், பஸ் ஸ்டேண்டு எதிரில், E.V.N. ரோடு, ஈரோடு-638 011.

N.C. கண்ணன், M.Sc.,B.Ed.,D.Pharm., Cell : 99944 92113
A.K. தேவி, B.Com., Cell : 99944 92115

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

KURINGI PHARMA

Head Office : 100, Chinnamuthu 3rd Street,
Edayankattuvalasu, Erode - 638011. Ph : 0424-2221617.
Factory : SF No. 334/9, Moopan Thottam, Erode Road,
Vettuvapalayam, Nasiyanur - 638107. Erode (Dt.)

அழகான, ஆரோக்கியமான நீண்ட கருங்கூந்தலுக்கு
அன்னையின் பராமரிப்பு

குறிஞ்சி கூந்தல் தைலம்

மாசு மருவற்ற முகப்பொலிவிற்கும், கருவளையம்,
கரும்புள்ளிகள், முகப்பரு இவை
நீங்கி சருமம் மிளிர்ந்திட...

ஸ்கின் பைன் ஆயில் (Skin Fine Oil)

மற்றும் தரமான சித்தமருந்து தயாரிப்பாளர்கள்

குறிஞ்சி பார்மா

H.O.: 100, சின்னமுத்து, 3வது வீதி,
இடையன்காட்டுவலசு, ஈரோடு-11.

With Best Complimenrs From

Dr.R.Kannan, B.S., M.S.,
Ph.: 0424 - 2555454, 0424-22211617
(Office) Cell : 9443838550, 9788872844

பட்டதாரி சித்த மருத்துவர்களின் நிறுவனம்

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

The Latest Weapon

Cold War!

Likaplex

Herbal Cough Syrup

SINCE 1961

RAJA SIDHAA MARUNDAGAM

S.No. 119/5, NH-7, KAPPALUR, THIRUMANGALAM - 625 706.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

காந்திகிராமம் தரமான சித்த, ஆயுர்வேத மருந்துகள் தயாரிப்பாளர்கள்

லெட்சுமி சேவா சங்கம் கிராமப்புற பெண்களின் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்தும் ஒரு நிறுவனம்

LSS

காந்திகிராமத்தைச் சேர்ந்த லெட்சுமி சேவா சங்கம் (சிறந்த உற்பத்தி நெறி முறைகளுக்கான சான்றிதழ் பெற்ற நிறுவனம்-GMP) சித்தா மற்றும் ஆயுர்வேத தயாரிப்புகளை தரமுடன் குறைந்த விலையில் மக்களுக்கு வழங்க வேண்டும் என்ற உயரிய நோக்கத்தோடு 1977-ஆம் ஆண்டு தொடங்கப்பட்டது. தொடக்கத்தில் ஐந்து மருந்துகள் மட்டுமே தயாரித்த சங்கம், இப்போது 230-க்கும் மேலான சித்த, ஆயுர்வேத மருந்துகளைத் தயாரித்து வருகிறது.

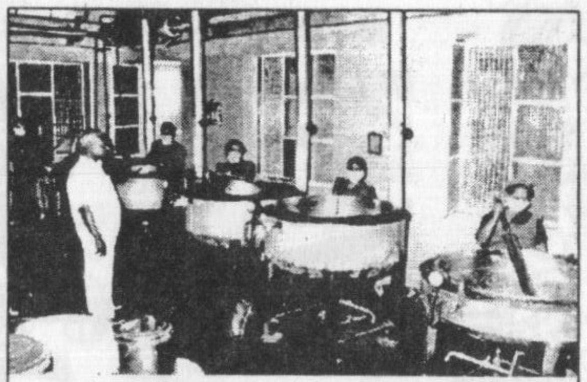
மேலும், இச்சங்கத்தில் உடல் ஊனமுற்றோர்கள், கணவனை இழந்த பெண்களுக்கு வேலைவாய்ப்பு அளிப்பதுடன், நிகர வருவாயில் கணிசமான தொகை காந்திகிராம குழந்தைகள் இல்லத்திற்கும், கிராம மேம்பாட்டிற்கும் உபயோகப்படுத்தப்படுகிறது.

GMP CERTIFIED · LSS · KVIC CERTIFIED

சில முக்கிய மருந்துகள்

உபயோகம்	மருந்தின் பெயர்
1. அஸ்வகந்தாதி லேகியம்	சிறந்த ரத்த சுத்திகரிப்பான், சுக்கிலக் குறைவு, பலவீனம் இளைப்பு, இரத்தக்குறைவு
2. ச்யவனப்ராச லேகியம்	இருமல், இளைப்பு, க்ஷயம், இதயநோய், பலவீனம், விந்து நாசம்
3. கருணை லேகியம்	எல்லா வகையான மூலங்கள்
4. ரோஜா பொக்கு லேகியம்	வயிற்றாரணம், உடல் குளிர்ச்சி, அல்சர்
5. சதாவரி லேகியம்	மூத்திரம் தடைபடுதல், கை கால் எரிச்சல் காமாலை, மாதவிடாய் கோளாறுகள், வெள்ளைப்படுதல்
6. சௌபாக்ய சுண்டி	ஜீரணக் கோளாறுகள், மாதவிடாய்க் கோளறுகள், கர்ப்பப்பை கோளாறுகள், தாய்ப்பால் இன்மை, பிரசவத்திற்கு பின் தொடர்ந்து கொடுக்கலாம்
7. பில்வாதி லேகியம்	வாந்தி, ருசியின்மை, பசியின்மை, தலை சுற்றல், வயிற்றுப்போக்கு
8. தேத்தான்கொட்டை லேகியம்	மூலம் பவுத்திரம், உடல் தேற்றி
9. வாஸகண்டாரி லேகியம்	இருமல், இழைப்பு, சுவாசகாசம், நாட்பட்ட இருமல், ஆஸ்துமா
10. வல்லாரை லேகியம்	மூளை, குரல், இதயம் இவைகளுக்கு நன்மை பயக்கும் ஞாபசக்திக்கு நன் மருந்து, வயிற்றுப்புண், மலச்சிக்கல்
11. நன்னாரி லேகியம்	சரும வியாதிகள், ரத்தம் சுத்தி செய்ய, உடல் குளிர்ச்சிக்கு
12. தூர்வாதி தைலம்	புண், சொரி, சிரங்கு, சீர்கேடடைந்த சரும வியாதிகள் தீரும்
13. க்ஷீரபலா தைலம்	வாதரோகங்கள், கீல்வாயு, உடல் தேற்றி
14. நொச்சித் தைலம்	சுவாசம், காசம், மார்புச்சளி, உடல் வலி
15. நீலி பிருங்காதி தைலம்	இளநரை, வழுக்கை, மயிர் அடர்த்தியின்மை, மயிர் வளர்ச்சிக்கு
16. பிண்ட தைலம்	மூட்டு வலி, கை, கால் குடைச்சல் மற்றும் வாத வீக்கத்திற்கு
17. ஓம வாட்டர்	அஜீரணம், மலப்போக்கு
18. குங்குமாதி லேபம்	பருக்கள், கரும்புள்ளி, கருவளையம், முகப்பொழிவுக்கு
19. மஹாயோகராஜ குக்குலு	மூட்டுவலி, கீல்வாயு, வாத ரத்தம் என்னும் மூட்டுகள் வீங்கிப் போதல்
20. அஷ்ட சூர்ணம்	அஜீரணம், வயிற்று பொருமல், பசியின்மை, வாய்வு, வயிற்றுவலி
21. நிசா ஆம்லகி மாத்திரை	சர்க்கரை நோயைக் கட்டுப்படுத்தும் (நீரிழிவு)
22. வல்லாரை மாத்திரை	பலக்குறைவு, மூளை, குரல், இதயம் இவைகளுக்கும் ஞாபக சக்திக்கும் நன்மை பயக்கும்
23. தாளிசாதி வடகம் மாத்திரை	சுவாசம், இருமல், ஜலதோஷம்
24. நீர்க்கோவை மாத்திரை	தலைவலி, நீரேற்றம், ஜலதோஷம் (நெற்றியில் பற்றுப் போடவும்)
25. பற்பொடி	பற்களின் உறுதி, பல் கூச்சம், வாய் துர்நாற்றம் நீங்க
26. அமிர்தபிராச க்ருதம்	பலவீனம், கர்ப்பப் பை மற்றும் மூத்திர வியாதிகளுக்கு
27. குல்கந்து	உடல் குளிர்ச்சி, மலச் சிக்கல், கர்ப்பினிகளின் உடல் நலனுக்கு

குல்கந்து தயாரிப்பில் ஈடுபட்டுள்ள பெண்கள்



பாய்லர் நிராவியில் தயாராகும் தைலங்கள்

காந்திகிராமம் அச்சகப் பணியில் பணியாளர்கள்

தயாரான மருந்துகள் விற்பனைக்கு அனுப்புவதற்கு கட்டுமானப் பணிகள்

மொத்தவியாபாரிகள் மற்றும் வினியோகஸ்தர்களிடமிருந்து விசாரணைகள் வரவேற்கப்படுகின்றன

தொடர்புகொள்ள வேண்டிய முகவரி

செயலாளர், லெட்சுமி சேவா சங்கம்

காந்திகிராமம் - 624 302. போன் : 0451-2452308 & 2453347

பேக்ஸ் : 0451-2453347

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AKASH PHARMACEUTICALS, MADURAI

PRODUCT NAME - INDICATION

Skin & Dermo Care

ELDEM Cap & OIL	- Vitiligo
VILLO Cap	- Leucoderma
ALANIL Cap	- Fungal Infections
STORIES Cap	- Psoriasis
999 OIL (for External Use)	- Psoriasis
ASORA	- Psoriasis
JARIN Cap	- Pimples
ANI FORTE Cap	- Blood Purification
AKASH SOAP	- Acnes

Hair Care

GROW CARE Cap	- Falling of hairs
GROW CARE HAIR OIL	- Falling of hairs
HAIR ONE Cap	- Alopecia
AKASH PRO OIL	- Alopecia

SEXOLOGY & GENERAL DEBILITY

WIN FORTE	- Oligospermia
VITAWIN FORTE Cap	- Anti Oxidant
AKASH FORTE Cap	- Azoospermia
WINPLUS FORTE Cap	- Anti Oxidant

ULCER & GASTRITIS

PEPTICARE Cap	- Hyper Acidity
GASTRIN Cap	- Gastritis
GASTRIN Syrup	- Gastritis

DIABETES

DIAVIG Cap	- Diabetic

PRODUCT NAME - INDICATION

GENERAL PRODUCTS

ASTHOL Cap	- Bronchial Asthma
ASTHOL Syrup	- All Type of Cough
SWASALL Cap	- Allergic, Rhinitis
WHISALL Cap	- Eosinophilla
FERRESS Cap	- Heamatenic
FERRESS Syrup	- Heamatenic
AMOES Cap	- Amoebicdysentry
PYRENIL Cap	- Fever
CONFRO Cap	- Habitual Contipation
ESLIV Cap	- Jaundice
ESLIV Syrup	- Liver Tonic
UMAL Cap	- Jaundice
CALASH Cap	- U.T.I Problem
OBERAY Cap	- Obesity
MICRO PLUS Cap	- Improve Memory
B. PRESS Cap	- Hypertension

GYNAC

EMME PLUS Cap	- Trimester Amenorrhoea
U.V. FORTE Cap	- Functional Fertility
U.V. FORTE Syrup	- Functional Fertility

FILES

PILOSURE Cap	- Piles with Profuse Bleeding

ORTHO PRODUCTS

ARTHOS Cap	- Arthritis
ARTHOS OIL	- Arthritis
RHUNS FORTE Cap	- Rheumatic
RHUNS OIL	- Rheumatic

Marketed By :

AKASH PHARMA
No.13, 4th Cross Street,
Anjal Nagar,
Madurai - 625 018.

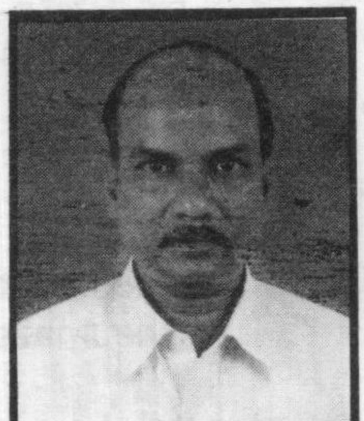
Ph : 0452 - 2662995
Cell : 9443507570

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

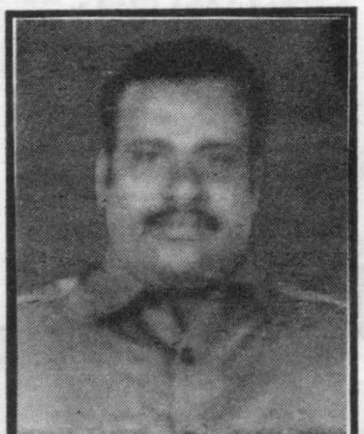
வாழ்த்துக்களுடன் :

விழாக்குழு

டாக்டர் S.காமராஜ்
தலைவர்
விழாக்குழு



டாக்டர் P. தமிழ்மணி
பொருளாளர்
விழாக்குழு



டாக்டர் M. பாஸ்கர் BSMS.,
செயலாளர்
விழாக்குழு

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

SHIFA GOLDEN CITY

A Developers of Green City

Website: www.shifahousing.com
E-mail : info@shifahousing.com

- Swimming Pool
- Shopping Malls
- Gymnasium
- Conference Hall
- Creche / Day Care
- Children's Park

Shifa Golden City Easy Access to Tirunelveli city, just 10 minutes on National Highway and only 20 minutes drive to Nanguneri Hi-TechPark.

333 Individual Houses A Mega Town Ship

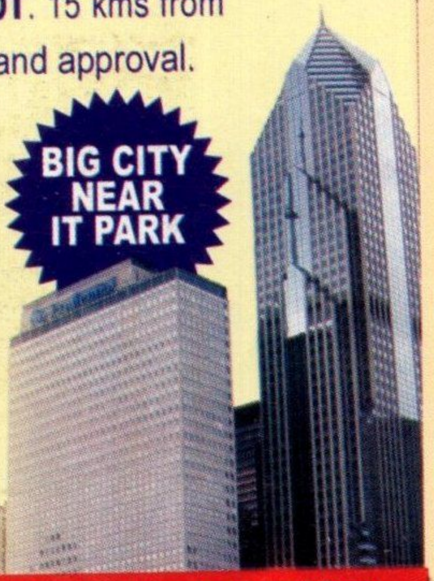
STAR CITY

A Golden Investment Opportunity

STAR CITY Rises at Kangaikondan. Near **ELCOT (IT PARK)** and **SIPCOT**. 15 kms from Tirunelveli Junction. More than 840 housing plots with Clear title deed and approval.

Features

- Off the 4-lane golden quadrilateral highway Broad avenue roads with trees and greenery, EB, Telephone, Water connectivity and more.
- Well connected with adequate bus transport.
- Proper tar road approaching the property will be provided.
- Limited Plots Available. Sweet potable water.
- Rapid increase in property value. Increasingly preferred by NRIS, professionals.



Shifa HOUSING (P) LTD
A GROUP OF SHIFA HOSPITALS
TIRUNELVELI

Office : 0462 - 2333015. Cell: 94431 25525, 94425 25525, 94435 55595, 94420 61780

82,Kailasapuram Middle Street, Tirunelveli Jn-1.

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE

AMUDHAKALASAM SIDDHA LITERARY RESEARCH CENTRE